

Programme loisir et culture

HIVER 2015 | Volume 9, numéro 1

Féerie AU LAC DU VILLAGE

DU 12 AU 14 DÉCEMBRE

Relâche scolaire avec Cajou, page 33



Ville de
SAINT-BRUNO
-de-Montarville



Répertoire des activités de la Direction du loisir,
de la culture et de la vie communautaire de Saint-Bruno-de-Montarville

**Date limite d'inscription aux activités :
10 décembre 2014**

stbruno.ca

Féerie

AU LAC DU VILLAGE

DU 12 AU 14 DÉCEMBRE

MARCHÉ DE NOËL

Vendredi, de 12 h à 20 h
Samedi, de 10 h à 20 h
Dimanche, de 10 h à 16 h

ANIMATION

Samedi,
de 10 h 30 à 15 h
Amuseurs publics, chorale,
décoration de biscuits
en pain d'épices,
fabrication d'un jouet
dès 19 h
Soirée dansante avec DJ

VOEUX
DU MAIRE
ET SPECTACLE
d'ÉLOÏSE
BOUTIN-MASSE
Vendredi, dès 19 h

GLISSADE SUR TUBES

Vendredi, de 12 h à 20 h
Samedi, de 10 h à 20 h
Dimanche, de 10 h à 16 h

ARRIVÉE
DU PÈRE NOËL
ET PRISE DE PHOTOS
Samedi,
de 10 h 30
à 15 h

PORTE-
PAROLE
Jean-François
Baril

Ville de
SAINT-BRUNO
-de-Montarville



Stationnement à l'hôtel de ville
Samedi et dimanche :
service de navette en cariole

stbruno.ca





**Chères concitoyennes,
Chers concitoyens,**

C'est avec beaucoup de plaisir que je vous présente l'édition d'hiver du *Programme loisir et culture*. Comme toujours, vous y trouverez une pléiade d'activités sportives, culturelles et communautaires pour tous les membres de votre famille. De nombreux événements sont également organisés pour animer vos sorties en famille.

Dans cette optique, je suis fier de vous inviter à la Fée au Lac du Village!

Le père Noël a en effet opté pour ce site enchanteur qui lui offre l'opportunité d'y installer un véritable village.

Ainsi, la prise de photo avec l'illustre personnage, la décoration de biscuits en pain d'épice, l'atelier de fabrication de jouets, toutes ces activités tant prisées par les tout-petits reviendront, alors que de nouvelles s'ajouteront comme... des contes de Noël!

Autre nouveauté attrayante pour les plus grands : un marché de Noël s'installera sur le site! De nombreux artisans et commerçants vous

y inviteront, dans une ambiance festive, à effectuer vos achats du temps des fêtes!

C'est avec plaisir que je vous y retrouverai, le vendredi 12 décembre, pour lancer les festivités et vous offrir mes meilleurs vœux. Ensemble, nous célébrerons l'arrivée du temps des fêtes et de la prochaine année, qui sera sûrement tout aussi intéressante et stimulante que la présente.

Du 12 au 14 décembre, venez vivre un Noël magique où les activités ne manqueront pas pour votre plus grand plaisir! Pour tous les détails sur cette fête, consultez le stbruno.ca.

En terminant, je vous souhaite de très joyeuses fêtes en compagnie des vôtres et beaucoup de plaisir.

Une très belle saison hivernale!

Martin Murray, maire



**LA VILLE EST
MAINTENANT SUR
LES MÉDIAS SOCIAUX!**



TABLE DES MATIÈRES

SECTION 1

Activités sportives, récréatives, culturelles
et communautaires

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX 6

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Cours pour enfants

Cours de natation pour enfants	8
--------------------------------	---

Cours spécialisés pour adolescents

Croix de bronze	9
Sauveteur national option piscine	9
Stage de formation pour sauveteurs et moniteurs en natation	10

Cours pour adultes

Aquaforme	9
Natation	9
Entraînement dirigé en milieu aquatique	9

Clubs aquatiques

Club de nage synchronisée	9
Club de natation SAMAK	9

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

Initiation aux massages suédois	10
Massage pour bébé	10

Horticulture

Conception des aménagements paysagers	10
Entretien horticole	10
Mon potager : mode d'emploi	10

ACTIVITÉS CULTURELLES

Arts visuels

Arts plastiques pour adultes	11
Arts plastiques pour enfants et adolescents	11
Calligraphie et peinture chinoise	11
Peinture multidisciplinaire	11

Danse récréative

Baladi pour adultes	12
---------------------	----

Langues

Espagnol pour aînés, niveaux débutant à avancé	12
--	----

Danse spécialisée « STUDIO ONDANSE » 13

ACTIVITÉS LIBRES

Badminton libre	15
Bain libre	15
Basketball libre	15
Hockey libre	16
Patinage artistique libre	16
Patinage libre	16
Patinage libre d'ambiance au Lac du Village	16
Ringuette libre	16

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Abdos-fesses-cuisses-bras	16
Aérobic sans saut avec intervalles	16
Badminton	16
Body-karaté	17
Cardio boxe	17
Cardio mix et piloxing	17
Cardiomusculaire en circuit	17
Combo step et piloxing	17
Conditionnement physique	17
Étirements classiques - essentrics	17
Fesses de fer - Cardio	17
Le tour du monde de Karibou ^{MC}	18
M.A.C. (muscu.abdo.cardio)	18
Marche nordique avec bâtons	18
Mise en forme 45 à 65 ans (KIN IN)	18
Mise en forme 65 ans et + (KIN IN)	18
Oxygène 2 (KIN EX)	19
Oxygène plus (KIN EX +)	19
Pilates	19
Piloxing	19
Réduction de stress et lâcher-prise	19
Relaxation en mouvement	19
Remise en forme avec bébé	20
Retraités en forme	20
Ski alpin ou planche à neige	20
Spinning	20
Stretching - essentrics	20
Tai Chi	21
Volley-ball - ligue récréative	21
Work out ados	21
Yoga doux avec sons, visualisation et méditation	21
Yoga étirements pour retraités	21
Yoga hatha initiation et continuité	21
Yoga hatha progression	21
Yoga intermédiaire	21
Yoga parents-enfants	22
Yoga parents-enfants (niveau avancé)	22
Yoga pilates	22
Yoga pilates, qigong et méditation (trium)	22
Yoga pour débutants	22
Yoga post-natal maman/bébé	22

Yoga prénatal	22
Zumba fitness	23
Zumba gold	23
Zumba step	23
Zumba toning gold	23

AMIS-SOLEILS *avec déficience intellectuelle*

Activité du samedi	23
Activité otarie	23
Renseignements généraux	23

ASSOCIATIONS ET CLUBS

Association de basketball de Saint-Bruno (Cougars)	24
Association Budokai Saint-Bruno	24
Association régionale de Kin-ball Rive-Sud	25
Centre d'Escrime Excellence Saint-Bruno	25
Club Gym Richelieu	26
Club de ski de fond Montériski	27
Club de ski de fond Nordic	27
Club de soccer FC Mont-Bruno	27
Club de trampoline Quadrotramp	28
Judo Mont-Bruno	29
Patinage St-Bruno	29

MAISON DES JEUNES

Activités régulières	32
Activités spéciales	32
Aide aux devoirs	31
Gardiens avertis	32
Semaine de relâche à la Maison des Jeunes	33
Soirée spéciale	32

ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

AAPARS - Association des artistes peintres affiliés de la Rive-Sud	35
AUTAM St-Bruno - Université du Troisième Âge	35
C.A.M.E. - Centre d'Animation Mère-Enfant	35
Centre d'action bénévole Les p'tits bonheurs	36
Cercle de Fermières	36
Club de bridge amical	36
Club de scrabble Les mots cœurs	36
Club informatique Mont-Bruno	37
Club de Qigong Yan Xin du Mont-Bruno (Qigong interne)	37
Girl Guides of Canada – Guides du Canada	37
Harmonie Mont-Bruno	37
Jardin d'enfants Trinity	37
Reflets de femme	38
26 ^e Groupe Scout de Saint-Bruno	38
Société d'histoire de Montarville	38

RELÂCHE SCOLAIRE AVEC CAJOU	33
------------------------------------	----

TENNIS

Cours pour adultes	39
Cours pour enfants	39
Ligue de mini-tennis parents et enfants	39
Tournoi pour enfants	39

SECTION 2

Vie culturelle

BIBLIOTHÈQUE

Heures d'ouverture et renseignements généraux	41
<i>Une naissance, un livre...</i>	41

Activités pour les adultes

Ateliers

<i>Un CV efficace pour une entrevue performante</i>	42
<i>Bien se connaître pour trouver l'emploi idéal</i>	42

Conférences

<i>Pour aller mieux à deux</i>	42
<i>Une histoire de la radio, de la technologie des ondes et de leurs nombreuses applications</i>	42
<i>Les 101 conseils de Bob Bouchard</i>	42

Spectacle

<i>Cabaret Langues pendues</i>	43
--------------------------------	----

Activités pour les enfants

Spectacles	43
L'heure du conte de la Saint-Valentin	43
L'heure du conte de Pâques	43
L'heure du conte des tout-petits	41
Les demi-heures du conte	41

CENTRE MARCEL-DULUDE

Programmation hiver 2014-2015	44
-------------------------------	----

CENTRE D'EXPOSITION DU VIEUX PRESBYTÈRE

Calendrier des expositions	45
Ordre du mérite	45

LISTE DES ADRESSES ET TÉLÉPHONES	46
---	----

Les formulaires d'inscription se trouvent en pages centrales.

Recherchez le logo « famille »

Les activités à caractère familial sont identifiées par ce logo



Recherchez le logo « 45 ans et + »

Les activités pour les 45 ans et + sont identifiées par ce logo



Recherchez le logo « mobilité réduite »

Les activités accessibles aux personnes à mobilité réduite sont identifiées par ce logo



Le mode d'inscription par la poste est privilégié pour les activités de la Direction du loisir, de la culture et de la vie communautaire (DLCVC).

Marche à suivre pour s'inscrire :

La *marche à suivre* est valable pour s'inscrire à l'ensemble de nos activités.

1. Complétez les formulaires d'inscription que vous trouverez en pages centrales (activités aquatiques et activités régulières).

2. Retournez **par la poste** à

Direction du loisir, de la culture et de la vie communautaire
1585, rue Montarville, Saint-Bruno-de-Montarville (Québec) J3V 3T8

- le formulaire d'inscription
- un chèque par personne et par activité, daté du **10 décembre 2014**, fait à l'ordre de la **Ville de Saint-Bruno-de-Montarville**.

Vous pouvez également déposer vos formulaires et paiements au comptoir de la Direction du loisir, de la culture et de la vie communautaire dont les bureaux sont situés au 2^e étage du 1605, rue Montarville. En dehors des heures d'ouverture, une boîte postale est disponible à cet effet à l'entrée de la DLCVC.

La date limite de réception des inscriptions pour l'ensemble de nos activités est fixée au mercredi, 10 décembre.

Une confirmation de votre inscription vous sera retournée par la poste durant la semaine du 15 décembre.

Lorsque vous recevrez votre confirmation d'inscription, vérifiez votre activité et l'horaire afin de vous assurer qu'ils correspondent à votre demande. Le nombre de participants par groupe étant limité, il est possible que vous n'obteniez pas votre premier choix.

Précisions importantes sur les modalités d'inscription :

- Veuillez indiquer le maximum de choix possible. Nous considérerons vos choix comme finaux et ne communiquerons avec vous que si de nouveaux groupes sont créés.
- Si vous indiquez moins que le maximum de choix possible et que l'activité demandée est complète, votre inscription vous sera automatiquement retournée par la poste.
- Les chèques doivent être personnalisés; sinon, vous devez joindre une copie de preuve de résidence, soit un permis de conduire ou tout document légalement reconnu sur lequel figure l'adresse de résidence.
- Seuls les formulaires dûment remplis et accompagnés du paiement (un chèque par personne par activité) seront acceptés.

- Compte tenu des délais occasionnés par l'envoi postal de notre programmation et par souci d'équité, le traitement des inscriptions ne tient pas compte de l'ordre de réception de celles-ci.

Modalités de paiement *Paiement par chèque*

Les chèques doivent être faits à l'ordre de la **Ville de Saint-Bruno-de-Montarville** et datés au plus tard du **10 décembre 2014**. **Les nouveaux résidents doivent fournir une preuve de résidence.**

Aucun chèque postdaté ne sera accepté. Des frais de 20 \$ seront exigés pour tout chèque retourné par une institution bancaire.

Coût *Familial*

Un tarif préférentiel est accordé aux familles qui inscrivent plus de deux (2) enfants à la même activité sportive dite collective, soit le basketball, le baseball, le football, le hockey, la ringuette et le soccer. Les deux premières inscriptions sont au prix régulier, la troisième à 50 % de rabais et les suivantes gratuites. Ce tarif préférentiel est réservé aux résidents de Saint-Bruno-de-Montarville.

Frais de retard

Des frais additionnels seront imposés pour toute inscription faite après la période d'inscription, selon les modalités suivantes :

activités de 60 \$ et – : 5 \$
 activités de 61 \$ et + : 10 \$

Ces frais ne s'appliquent pas aux activités libres.

Taxes

Les taxes fédérale et provinciale s'appliquent aux activités s'adressant à une clientèle de 14 ans et plus et sont incluses dans le coût de l'activité.

Crédit d'impôt pour les activités physiques, artistiques et culturelles

Certaines activités offertes par la DLCVC sont admissibles au crédit d'impôt fédéral et/ou provincial. **Veuillez conserver votre reçu le cas échéant.**

Consultez les sites gouvernementaux pour plus de détails.

Remboursement

Aucun remboursement ne sera effectué après le début des activités, sauf dans les cas exceptionnels tels déménagement, maladie (avec certificat médical) ou conflit d'horaire avec les activités de la DLCVC; le cas échéant, le conflit doit survenir dans les trois premières semaines de l'activité.

Un remboursement peut être effectué avant le début de l'activité mais la demande doit être faite au plus tard cinq (5) jours ouvrables avant le début de l'activité.

Des frais d'administration de 15 % (minimum 5 \$, maximum 15 \$) seront retenus sur les remboursements, sauf dans les cas de conflit d'horaire avec nos activités ou d'annulation de cours. Les frais de retard ne sont pas remboursables, sauf dans les cas d'annulation par la Ville ou de conflit d'horaire.

Préinscription

Veuillez noter que les participants inscrits à la session précédente peuvent se prévaloir d'un privilège de préinscription. Celui-ci est réservé aux résidents de Saint-Bruno-de-Montarville et leur permet de se réinscrire à la même activité. Une preuve de résidence (permis de conduire ou tout document légalement reconnu) sera demandée si l'adresse du participant ne figure pas sur le chèque.

Politique des non-résidents*

La priorité est accordée aux résidents de Saint-Bruno-de-Montarville. Cependant, **si des places sont disponibles**, les non-résidents peuvent s'inscrire. Des frais supplémentaires sont applicables selon les tarifs suivants :

Coût de l'activité	0 \$	à	20 \$	100 %
Coût de l'activité	21 \$	à	30 \$	75 %
Coût de l'activité	31 \$	à	55 \$	50 %
Coût de l'activité	56 \$	et +		25 %

* toute personne ne résidant pas à Saint-Bruno-de-Montarville

Internet

Les activités, identifiées par ce logo , sont disponibles pour inscription par Internet, à compter du 11 décembre.

Pour d'autres activités, les inscriptions par Internet seront possibles à compter du 18 décembre. Consultez le stbruno.ca pour connaître la liste des cours disponibles.

Numéro de personne

Pour vous inscrire par Internet, vous devez détenir un numéro de personne. Ce numéro vous est attribué la première fois que vous vous inscrivez à une activité offerte par notre Direction. Si vous avez déjà participé à une de nos activités, vous avez un numéro de personne. Celui-ci est indiqué sur votre reçu d'inscription, à côté de la mention « personne inscrite ».

Si vous ne détenez pas de numéro de personne, vous pouvez nous téléphoner pendant les heures de bureau, au 450 645-2940, pour en obtenir un. Ce numéro est exigé pour quiconque désire participer à une activité offerte par la DLCVC.

Cartes de membre et cartes de bénévole

Des frais de 5 \$ seront exigés pour le remplacement de toute carte perdue ou endommagée. La demande doit en être faite directement à la DLCVC.

Assurance

Toute personne participant aux activités offertes par la municipalité est invitée à se protéger en souscrivant à une police d'assurance. La Ville détient uniquement une assurance-responsabilité.

Modifications apportées aux activités

La DLCVC se réserve le droit d'annuler ou de modifier les activités prévues au programme. Un nombre insuffisant de participants, ou tout autre événement fortuit, peut donc causer l'annulation d'un cours ou occasionner des changements de lieu, d'horaire, de tarif, etc.

Tout changement d'horaire ou de local sera annoncé sur le site stbruno.ca et dans les publications de la Ville.

Vol. 9 n° 1 – Hiver 2015

Le *Programme loisir et culture* est publié quatre fois par année à l'intention des Montarvillois par la Direction des communications de la Ville. Il est distribué gratuitement dans tous les foyers de Saint-Bruno-de-Montarville.

Coordination, réalisation et rédaction :

Direction des communications
Direction du loisir, de la culture et de la vie communautaire

Conception graphique :

L'Infographe

Impression : Imprimerie LithoChic

Tirage : 11 500 copies

ISSN 1923-2721 (imprimé)
ISSN 1923-273X (en ligne)

Renseignements :

stbruno.ca
1585, rue Montarville
Saint-Bruno-de-Montarville (Québec) J3V 3T8
450 653-2443
information@stbruno.ca

Le *Programme loisir et culture* peut être consulté sur le site de la Ville de Saint-Bruno-de-Montarville.

La reproduction en tout ou en partie est permise avec l'accord de la Direction des communications.

L'usage du masculin a pour but d'alléger le texte.

Crédits photos : Corps et Âme en mouvement, Studio OnDanse, Marie-Josée Bertrand, Le tour du monde de KARIBOU^{MC}, Association de basketball de Saint-Bruno, Ville de Saint-Bruno-de-Montarville.

Position logo FSC

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Pour une description plus détaillée de nos activités aquatiques, consultez le stbruno.ca, section Loisir, culture et vie communautaire / Activités et inscription / Inscription aux activités.

Toutes les activités aquatiques offertes par la Ville de Saint-Bruno-de-Montarville se tiennent à la piscine de l'école secondaire du Mont-Bruno.

Le port du casque de bain est obligatoire pour toutes les activités aquatiques, sans exception.

Cours pour enfants > 12 mois et +

Si votre enfant n'a jamais suivi de cours de natation et qu'il doit être évalué, s'il-vous-plaît appelez au 450 653-2443, poste 2861, avant le vendredi 5 décembre.

10 semaines, du mardi 6 janvier au dimanche 15 mars

64 \$ (non-résident : 80 \$)

86 \$ natation adaptée (offert aux résidents seulement)

■ Renseignements généraux sur le programme préscolaire

Les couches aquatiques sont obligatoires pour les enfants qui portent encore une couche.

Escargot

12 à 30 mois

Présence d'un parent dans l'eau

Utilisation de l'aquaballon¹

Port d'une couche aquatique²

Exigence : aucune

Langoustine

2 à 3½ ans

Présence d'un parent dans l'eau

Utilisation de l'aquaballon¹

Port d'une couche aquatique²

Exigence : 3 ans ou réussite du niveau Escargot

Hippocampe

4 et 5 ans

Utilisation de l'aquaballon¹

Exigences : 4 ans ou 3 ½ ans et réussite du niveau Langoustine

L'enfant requiert le soutien d'un adulte ou d'un objet flottant pour se déplacer sur le ventre et sur le dos.

Béluga

4 et 5 ans

Exigences : 5 ans ou 4 ans et réussite du niveau Hippocampe

L'enfant peut nager une largeur de piscine avec le ballon aux trois quarts dégonflé ou sans aide.

¹ L'aquaballon est en vente à la piscine ou dans les boutiques d'articles de sports au coût approximatif de 22 \$.

² Les couches aquatiques sont en vente à la piscine au coût de 5 \$. Les couches aquatiques jetables sont également acceptées.

NIVEAU	JOUR	HEURE	CODE
Escargot 	samedi	de 9 h à 9 h 30	AB161
	dimanche	de 9 h à 9 h 30	AB171
		de 10 h à 10 h 30	AB172
Langoustine 	samedi	de 9 h 30 à 10 h	AB261
		de 10 h à 10 h 30	AB262
	dimanche	de 9 h 30 à 10 h	AB271
Hippocampe		de 10 h 30 à 11 h	AB272
	samedi	de 10 h 30 à 11 h	AB361
		de 11 h à 11 h 30	AB362
		de 12 h à 12 h 30	AB363
	dimanche	de 11 h à 11 h 30	AB371
Béluga	samedi	de 11 h 30 à 12 h	AB461
		de 12 h 30 à 13 h	AB462
	dimanche	de 11 h 30 à 12 h	AB471
Nageur 1	vendredi	de 18 h à 18 h 50	AN151
	samedi	de 13 h à 13 h 50	AN161
		de 14 h à 14 h 50	AN162
	dimanche	de 12 h à 12 h 50	AN171
Nageur 2	vendredi	de 19 h à 19 h 50	AN251
	samedi	de 13 h à 13 h 50	AN261
		de 14 h à 14 h 50	AN262
	dimanche	de 12 h à 12 h 50	AN271
Nageur 3	vendredi	de 18 h à 18 h 50	AN351
	samedi	de 9 h à 9 h 50	AN361
	dimanche	de 9 h à 9 h 50	AN371
Nageur 4	vendredi	de 19 h à 19 h 50	AN451
	samedi	de 11 h à 11 h 50	AN461
	dimanche	de 9 h à 9 h 50	AN471
Nageur 5	mardi	de 18 h à 18 h 50	AN521
	samedi	de 10 h à 10 h 50	AN561
	dimanche	de 11 h à 11 h 50	AN571
Nageur 6	mardi	de 19 h à 19 h 50	AN621
	samedi	de 11 h à 11 h 50	AN661
	dimanche	de 11 h à 11 h 50	AN671
Nageur 7	mardi	de 18 h à 18 h 50	AN721
	samedi	de 12 h à 12 h 50	AN761
Nageur 7-8	dimanche	de 10 h à 10 h 50	AN7871
Nageur 8	mardi	de 18 h à 18 h 50	AN821
	samedi	de 12 h à 12 h 50	AN861
Croix-Rouge natation junior 9	mardi	de 19 h à 19 h 50	CR921
Croix-Rouge natation junior 9-10	dimanche	de 10 h à 10 h 50	CR91071
Croix-Rouge natation junior 10	mardi	de 19 h à 19 h 50	CR1021
Perfectionnement, mise en forme et sauvetage (exigence : CR10)	samedi	de 15 h à 15 h 50	PS161
Natation adaptée	horaire à déterminer		AS401

Cours spécialisés pour adolescents

CROIX DE BRONZE > 13 ans et +

Ce cours, offert par la Société de sauvetage, fait suite au cours de médaille de bronze et s'inscrit dans le continuum du programme de surveillant-sauveteur.

- Il faut détenir la carte de Médaille de bronze de la Société de sauvetage.

Local A103A et piscine, école secondaire du Mont-Bruno

Samedi, de 14 h à 17 h

10 semaines, du 10 janvier au 21 mars (relâche le 24 janvier)

Examen le 28 ou 29 mars

160 \$ (non-résident : 200 \$)

CODE : AS661

> **NOTE**

Les articles suivants sont obligatoires et payables au premier cours :

- manuel canadien de sauvetage au coût de 45 \$

- masque de poche au coût de 20 \$

Le candidat a la responsabilité de s'assurer qu'il répond aux exigences du cours et doit assister à au moins 75 % des heures de formation. Aucun remboursement n'est possible après le début de l'activité.

**SAUVETEUR NATIONAL
OPTION PISCINE** > 16 ans et +

Le candidat doit obligatoirement avoir complété le cours de premiers soins général. Il faut

- être âgé de 16 ans ou + le jour de l'examen;
- avoir réussi les cours de Croix de bronze et de premiers soins général.

Local A103A et piscine, école secondaire du Mont-Bruno

Samedi, de 17 h à 21 h

10 semaines, du 10 janvier au 14 mars (examen le 21 ou 22 mars)

160 \$ (non-résident : 200 \$)

CODE : AS861

> **NOTE**

Les articles suivants sont obligatoires et payables au premier cours :

- volume Alerte au coût de 45 \$

- masque de poche au coût de 20 \$

Le candidat a la responsabilité de s'assurer qu'il répond aux exigences du cours et doit assister à au moins 90 % des heures de formation. Aucun remboursement n'est possible après le début de l'activité.

Cours pour adultes

NATATION POUR ADULTES > 18 ans et +

Apprentissage et/ou perfectionnement des différents styles de nage.

- Le participant doit être en mesure de nager une longueur et être à l'aise en eau profonde.

Mardi, de 20 h à 20 h 50

10 semaines, du 6 janvier au 10 mars

79 \$ (non-résident : 99 \$)

CODE : AA221

**AQUAFORME**

Exercices cardiovasculaires et musculaires variés, sur une musique rythmée. Utilisation de divers équipements. Il n'est pas obligatoire de savoir nager.

Jeudi, de 18 h à 18 h 55

AA541

Jeudi, de 19 h à 19 h 55

AA542

Jeudi, de 20 h à 20 h 55

AA543

11 semaines, du 8 janvier au 19 mars

87 \$ (non-résident : 109 \$)

AQUAFORME > 50 ans et +

Exercices cardiovasculaires et musculaires variés effectués à l'aide de divers équipements, sur une musique rythmée. Il n'est pas obligatoire de savoir nager.

Vendredi, de 15 h à 15 h 55

AA151

Vendredi, de 16 h à 16 h 55

AA152

11 semaines, du 9 janvier au 20 mars

87 \$ (non-résident : 109 \$)

**ENTRAÎNEMENT DIRIGÉ
EN MILIEU AQUATIQUE** > 18 ans et +

Entraînement en longueurs exploitant les différents styles de nage. Le participant doit connaître l'ensemble des styles de nage et être en bonne condition physique. Une période d'échauffement et de musculation à l'extérieur de l'eau est prévue au début de l'entraînement (les 15 premières minutes).

Lundi et mercredi, de 20 h 45 à 22 h

Il y aura partage du bassin avec le bain libre de 21 h à 21 h 15.

11 semaines, du 5 janvier au 18 mars

98 \$ (non-résident : 123 \$)

CODE : AA711

OU

24 semaines, du 5 janvier au 17 juin

196 \$ (non-résident : 245 \$)

CODE : AA713

Clubs aquatiques

CLUB DE NAGE SYNCHRONISÉE > 6 à 17 ans

Le club de nage synchronisée Aqua-Rythme vise à offrir aux jeunes un programme d'entraînement récréatif et/ou compétitif. La nage synchronisée est une discipline qui allie natation, gymnastique, danse et théâtre, permettant à chacun de développer son potentiel personnel tout en travaillant en équipe.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION : aquarythme@gmail.com

CLUB DE NATATION SAMAK > 6 à 17 ans

Le club Samak vise à offrir aux jeunes un programme d'initiation à la natation et à la compétition de natation. On y travaille à développer les techniques de base en natation ainsi que la condition physique, la discipline personnelle, le dépassement de soi et l'esprit d'équipe.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION :

Marie-Claude Langlois (450 466-6563) ou natation-samak.org

Stage de formation

SAUVETEURS ET MONITEURS EN NATATION

La Ville de Saint-Bruno offre la possibilité de suivre une formation en milieu aquatique aux candidats désirant travailler comme surveillant-sauveteur ou moniteur en natation au cours des années à venir.

Ce stage de formation consiste en une intégration d'une durée de 30 heures en tant qu'assistant-moniteur (printemps 2015) pour les cours de natation, ainsi que 20 heures comme surveillant-sauveteur (été 2015).

Ce stage permettra aux candidats d'augmenter leurs connaissances dans le domaine aquatique et leur facilitera la recherche d'un emploi éventuel.

De plus, la participation active à des activités constitue un excellent moyen d'apprentissage et permet de mettre en pratique la matière vue en théorie.

La réussite de ce stage est obligatoire pour obtenir un poste de surveillant-sauveteur ou d'assistant-moniteur à la Ville de Saint-Bruno-de-Montarville.

Pour être admissible à cette formation, le candidat doit :

- être résident de Saint-Bruno-de-Montarville;
- être âgé de 15 ans et plus;
- détenir la carte d'assistant-moniteur en sécurité aquatique en date du 29 mars 2015.
- La carte de Sauveteur national constitue un atout.

Pour vous inscrire ou obtenir de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec Lyne Joannis, chef de division des activités aquatiques, au 450 653-2443, poste 2861.

DATE LIMITE : lundi 9 février

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

INITIATION AU MASSAGE SUÉDOIS > 16 ans et +

Apprentissage des techniques de base en massage suédois et sur chaise. Ce cours est offert conjointement par la Ville de Saint-Bruno-de-Montarville et la Ville de Saint-Basile-le-Grand.

Salle 120, centre communautaire

Mercredi, de 19 h à 21 h

10 semaines, du 14 janvier au 1^{er} avril (relâche les 11 février et 5 mars)

120 \$ (non-résident : 150 \$)

SPÉCIALISTE : Suzanne Turmel, massothérapeute

CODE : MASSAGE-31

MASSAGE POUR BÉBÉ > Bébé de 2 semaines et +

Le massage pour bébé, c'est un moment de jeu, d'écoute et de communication privilégié. On y fait l'apprentissage d'un massage complet de la tête aux orteils, de mouvements pour calmer les coliques, pour les systèmes gastro-intestinal et immunitaire, d'exercices et d'échanges sur divers thèmes pertinents.

- Pour la liste du matériel nécessaire, référez-vous au stbruno.ca, section Loisir, culture et vie communautaire / Activités et inscription / Inscription aux activités

Chalet, piscine Roberval

Vendredi, de 9 h à 10 h 30

5 semaines, les 9 et 23 janvier, 6 et 20 février et 20 mars

85 \$ (non-résident : 107 \$)

SPÉCIALISTE : Mireille Lechasseur

CODE : BEBE-MAS-51

Horticulture

CONCEPTION DES AMÉNAGEMENTS PAYSAGERS > 16 ans et +



On y apprend comment créer son aménagement, quels matériaux choisir et surtout des trucs pour ne pas se ruiner.

Salle 127, centre communautaire

Mercredi, de 19 h à 21 h

6 semaines, du 14 janvier au 18 février

82 \$ (non-résident : 103 \$)

SPÉCIALISTE : Josée Dupré, hortultrice

CODE : HORTICULTU-31

ENTRETIEN HORTICOLE > 16 ans et +



Soyez prêts pour le printemps grâce à ces techniques de taille, de plantation et de contrôle des parasites.

Salle 127, centre communautaire

Mercredi, de 19 h à 21 h

6 semaines, du 11 mars au 15 avril

82 \$ (non-résident : 103 \$)

SPÉCIALISTE : Josée Dupré, hortultrice

CODE : HORTICULTU-32

MON POTAGER : MODE D'EMPLOI > 16 ans et +



Venez écouter de bons conseils pour réussir votre potager, des semences au ketchup.

Salle 127, centre communautaire

Lundi, de 19 h à 21 h

6 semaines, du 9 mars au 13 avril

82 \$ (non-résident : 103 \$)

SPÉCIALISTE : Josée Dupré, hortultrice

CODE : HORTICULTU-11

ACTIVITÉS CULTURELLES

Arts visuels

ARTS PLASTIQUES POUR ENFANTS ET ADOLESCENTS > 6 à 16 ans

Les jeunes y explorent les différentes notions et techniques du dessin, de la peinture, du modelage et de la gravure en utilisant des matériaux tels que la gouache, l'encre, le fusain, les pastels, l'argile, le papier mâché et le métal à graver.

Les 11 ans et plus auront également l'opportunité de confectionner des bijoux avec des matériaux recyclés.

La session du printemps est optionnelle et permettra aux élèves :

- de poursuivre une démarche personnelle;
- ou de participer à une exposition collective à la bibliothèque, dans la tradition des petits personnages de papier mâché.

Atelier d'arts, centre communautaire**6 à 10 ans**

Jeudi, de 16 h 45 à 18 h 15

ARTS-P-41

Vendredi, de 16 h 45 à 18 h 15

ARTS-P-51

Samedi, de 11 h 15 à 12 h 45

ARTS-P-63

11 à 13 ans

Vendredi, de 18 h 45 à 20 h 45

ARTS-G-52

Samedi, de 9 h à 11 h

ARTS-G-62

14 à 17 ans

Samedi, de 13 h 30 à 15 h 30

ARTS-ADO-64

HIVER

12 semaines, du 8 janvier au 11 avril

Relâche les 5, 6 et 7 mars et les 2, 3 et 4 avril

Le chèque doit être daté du 10 décembre 2014.

6 à 10 ans : **140 \$** (non-résident : 175 \$)

11 à 13 ans : **170 \$** (non-résident : 213 \$)

14 à 16 ans : **195 \$** (non-résident : 244 \$)

PRINTEMPS

La session du printemps est offerte à ceux qui s'inscrivent à la session d'hiver. **Si vous souhaitez participer aux deux sessions, vous devez vous y inscrire dès maintenant.**

6 semaines, du 16 avril au 23 mai

Le chèque doit être daté du 13 mars 2015.

6 à 10 ans : **70 \$** (non-résident : 88 \$)

11 à 13 ans : **85 \$** (non-résident : 107 \$)

14 à 16 ans : **98 \$** (non-résident : 123 \$)

SPÉCIALISTE : Monique Juneau

> NOTE

Le matériel est inclus. Une tenue d'atelier est obligatoire.

ARTS PLASTIQUES**POUR ADULTES** > 16 ans et +

Initiation et exploration personnelle des différentes notions et techniques du dessin, de la peinture, du modelage et tournage de l'argile (céramique), à l'aide de divers matériaux tels que le fusain, les pastels, la gouache, l'encre, l'acrylique et la terre glaise.

Atelier d'arts, centre communautaire

Jeudi, de 13 h à 15 h 30

ARTS-ADU-41

Jeudi, de 19 h à 21 h 30

ARTS-ADU-42

12 semaines, du 8 janvier au 2 avril (relâche le 5 mars)

195 \$ (non-résident : 244 \$)

SPÉCIALISTE : Monique Juneau

CALLIGRAPHIE**ET PEINTURE CHINOISE** > 16 ans et +

Introduction à différents styles de calligraphie chinoise et à la technique de l'aquarelle chinoise par le biais de deux thématiques, l'une florale et l'autre de paysage. Quelques notions de finition, dont le marouflage, seront également abordées. Enseignement traditionnel à partir de modèles.

Salle 120, centre communautaire

Lundi, de 19 h à 21 h 30

12 semaines, du 12 janvier au 6 avril (relâche le 2 mars)

142 \$ (non-résident : 178 \$)

SPÉCIALISTE : Danièle Grenier

CODE : PEIN-CHINE-11

> NOTE

Il faut prévoir l'achat du matériel nécessaire, au coût approximatif de 90 \$; le tout sera fourni aux participants lors du 1^{er} et du 4^e cours.

PEINTURE MULTIDISCIPLINAIRE**> 16 ans et +**

Initiation aux techniques du portrait, du paysage et de la nature morte à l'aide de différentes techniques de peinture. Enseignement individualisé.

Salle 120, centre communautaire

Jeudi, de 13 h 15 à 15 h 45

PEINTURE-41

Jeudi, de 19 h à 21 h 30

PEINTURE-42

Vendredi, de 13 h 15 à 15 h 45

PEINTURE-51

HIVER

10 semaines, du 15 janvier au 27 mars (relâche les 5 et 6 mars)

PRINTEMPS

10 semaines, du 9 avril au 12 juin

2 versements égaux de 135 \$ (non-résident : 2 versements égaux de 169 \$)

L'inscription aux sessions d'hiver et de printemps se fait en une seule étape et le paiement en deux versements égaux de 135 \$, datés du 10 décembre 2014 et du 7 mars 2015.

SPÉCIALISTE : Pierre Duhamel

> NOTE

Il faut prévoir l'achat du matériel nécessaire; une liste sera fournie aux participants lors de l'inscription.

Danse récréative

BALADI POUR ADULTES > 16 ans et +



Une danse vibrante qui sollicite le corps tout entier en le faisant onduler au rythme de la musique orientale. L'alternance des gestes fluides, rythmés et saccadés exalte la grâce et dissipe le stress. Une chorégraphie vous sera enseignée dans le respect des capacités individuelles pour jumeler le côté technique et l'expression artistique de la danse.

Petite salle de danse, école secondaire du Mont-Bruno

■ Baladi Initiation

Mercredi, de 18 h 30 à 19 h 30

12 semaines, du 14 janvier au 8 avril (relâche le 4 mars)

92 \$ (non-résident : 115 \$)

CODE : BALADI-31

■ Cardio-Baladi

Innover dans la façon de bouger

Venez vibrer sur des airs du Moyen-Orient tout en améliorant le cardio, le tonus, la flexibilité et la coordination, dans le respect des capacités individuelles. Un segment d'échauffement au début du cours est prévu, de même qu'une séance d'étirements à la fin.

Lundi, de 18 h 30 à 20 h

12 semaines, du 12 janvier au 6 avril (relâche le 2 mars)

115 \$ (non-résident : 144 \$)

CODE : BALADI-11

RENSEIGNEMENTS : Corps et âme en mouvement (450 674-4203)

> NOTE

Il est recommandé de porter des vêtements ajustés et confortables. La Ville de Saint-Bruno-de-Montarville n'offre pas de cours avancé, mais il est possible de vous y inscrire directement auprès de Corps et âme en mouvement, au 450 674-4203.



Langues

ATTENTION : Notez que les cours de langue pour adultes se poursuivent à l'hiver, tel qu'indiqué dans le *Programme loisir et culture de l'automne 2014*.

ESPAGNOL

■ Cours pour aînés > 55 ans et +



Apprentissage allégé de l'espagnol par des exercices et de la conversation.

12 semaines, du 12 janvier au 10 avril (relâche du 2 au 6 mars)

150 \$ (non-résident : 188 \$)

Niveau I

- Il faut avoir suivi le niveau I pour aînés de l'automne.

Salle 104, centre communautaire

Vendredi, de 13 h 30 à 16 h 30

CODE : ESPAN-52

Niveau II

- Il faut avoir suivi le niveau II pour aînés de l'automne.

Salle 120, centre communautaire

Mercredi, de 13 h 30 à 16 h 30

CODE : ESPAN-31

Niveau III

- Il faut avoir suivi le niveau III pour aînés de l'automne.

Salle 121, centre communautaire

Lundi, de 13 h 30 à 16 h 30

CODE : ESPAN-10

Niveau IV

- Il faut avoir suivi le niveau IV pour aînés de l'automne.

Salle 120, centre communautaire

Vendredi, de 9 h à 12 h

CODE : ESPAN-51

Niveau VI

- Il faut avoir suivi le niveau VI pour aînés de l'automne.

Salle 104, centre communautaire

Mardi, de 13 h 30 à 16 h 30

CODE : ESPAN-20



Bienvenue chez *Studio OnDanse!* Nous vous assurons la continuité d'un programme de danse de qualité, dans une atmosphère récréative. Nous vous encourageons à consulter notre page Facebook pour connaître toutes les nouvelles, et notre site, au studioondanse.com. Nous vous souhaitons une excellente session parmi nous. Bon cours!

Cours offerts pour la saison d'hiver 2015 par groupe d'âge :

2 à 4 ans : danse créative, danse parent-enfant

5 à 9 ans : ballet, bBoyz, funky

10 à 13 ans : ballet, bBoyz, funky, hip hop, jazz

14 ans et + : ballet, contemporain, hip hop, jazz, technique sur pointe

Pour la description détaillée des cours et styles offerts, consultez le stbruno.ca, section Loisir, culture et vie communautaire / Activités et inscription / Inscription aux activités, ou notre site, au studioondanse.com.

École secondaire du Mont-Bruno

18 semaines, du 10 janvier au 29 mai

Relâche du 1^{er} au 7 mars et du 29 mars au 4 avril

LÉGENDE : GS = grande salle de danse; PS = petite salle de danse

L'équipe de nos professeurs qualifiés pour la session d'hiver sera annoncée au début du mois de décembre. Assurez-vous de nous suivre sur Facebook et sur notre site pour connaître toutes les nouvelles :

facebook.com/StudioOnDanse ET
studioondanse.com



Jennifer Kocilowicz
Jocelyn Grenier
Directrices, Studio OnDanse

SPECTACLE DE FIN D'ANNÉE

Studio OnDanse! offre à chacun de ses élèves non seulement des cours de danse, mais aussi l'expérience de participer à un spectacle de fin d'année d'une qualité professionnelle. La session d'hiver sera consacrée à une chorégraphie pour ce spectacle, cette année sur le thème de « La Belle au bois dormant »!

Le dimanche 31 mai 2015 à **L'Étoile Quartier Dix30**
(6000, boul. de Rome, suite 100, Brossard)

BILLETS : Tous les spectateurs devront se procurer des billets (coût à déterminer).

COSTUMES : prix abordable, détails à suivre

RENSEIGNEMENTS : Jocelyn Grenier et Jennifer Kocilowicz
(450 645-2962, poste 3333), StudioOnDanse@gmail.com

Tableau des cours à la page suivante >



COURS POUR LES ENFANTS - 2 À 13 ANS

DESCRIPTION	ÂGE	HORAIRE	SALLE	CODE	COÛT RÉSIDENT	COÛT NON-RÉSIDENT
Danse parent-enfant	2 à 4 ans	dimanche, de 9 h à 9 h 45	GS	DANSE-PE-71	131 \$	164 \$
Danse créative	3 et 4 ans	samedi, de 9 h à 9 h 45	GS	CRÉATIVE-61	131 \$	164 \$
		samedi, de 10 h à 10 h 45	GS	CRÉATIVE-62	131 \$	164 \$
Ballet	5 ans	samedi, de 9 h à 9 h 45	PS	BALLET-61	131 \$	164 \$
	5 et 6 ans	mercredi, de 17 h 45 à 18 h 30	PS	BALLET-31	131 \$	164 \$
	6 ans	samedi, de 10 h à 10 h 45	PS	BALLET-62	131 \$	164 \$
	7 ans	samedi, de 10 h 45 à 11 h 45	GS	BALLET-63	131 \$	164 \$
	8 ans	samedi, de 10 h 45 à 11 h 45	PS	BALLET-64	131 \$	164 \$
	9 à 11 ans	lundi, de 18 h à 19 h	GS	BALLET-11	131 \$	164 \$
Ballet avancé III	11 à 13 ans	lundi, de 19 h à 20 h 15	GS	BALLET-A3-12	154 \$	193 \$
combo : 2,5 h/semaine		BALLET-A3-32		154 \$	193 \$	
		lundi et mercredi		COMBO-A3-10	300 \$	375 \$
Funky	5 et 6 ans	vendredi, de 17 h 30 à 18 h 15	GS	FUNKY-50	131 \$	164 \$
	7 et 8 ans	vendredi, de 18 h 15 à 19 h 15	GS	FUNKY-51	131 \$	164 \$
	9 ans	vendredi, de 18 h 15 à 19 h 15	PS	FUNKY-53	131 \$	164 \$
	10 et 11 ans	vendredi, de 19 h 15 à 20 h 15	GS	FUNKY-52	131 \$	164 \$
	12 et 13 ans	vendredi, de 19 h 15 à 20 h 15	PS	FUNKY-54	131 \$	164 \$
bBoyz	6 à 9 ans	mardi, de 17 h 30 à 18 h 30	GS	BBOYZ-21	131 \$	164 \$
	10 à 13 ans	mardi, de 18 h 30 à 19 h 30	GS	BBOYZ-22	131 \$	164 \$
Hip hop débutant intermédiaire	10 à 13 ans	mercredi, de 18 h à 19 h	GS	HIP-HOP-31	131 \$	164 \$
	12 à 14 ans	mardi, de 19 h 30 à 20 h 30	GS	HIP-HOP-21	131 \$	164 \$
Jazz	10 à 13 ans	dimanche, de 12 h à 13 h	PS	JAZZ-73	131 \$	164 \$

COURS POUR LES ADOLESCENTS ET LES ADULTES - 14 ANS ET PLUS

COURS OFFERTS AUX ADOLESCENTS ET AUX ADULTES 14 ANS ET +						
Ballet avancé niveau I	16 ans et +	jeudi, de 19 h 30 à 21 h	GS	BALLET-N1-42	213 \$	266 \$
Combo : 2,5 h/semaine Combo : 2,5 h/semaine Combo : 3 h/semaine Combo : 4 h/semaine		samedi, de 14 h à 15 h 30		BALLET-NA-65	213 \$	266 \$
		jeudi et pointe*		COMBO-N1-10	414 \$	518 \$
		samedi et pointe*		COMBO-N1-11	414 \$	518 \$
		jeudi et samedi		COMBO-N1-12	480 \$	600 \$
	jeudi, samedi et pointe*	COMBO-N1-13	616 \$	770 \$		
Ballet avancé niveau II	14 ans et +	jeudi, de 18 h à 19 h 30	GS	BALLET-N2-42	213 \$	266 \$
Combo : 2,5 h/semaine Combo : 2,5 h/semaine Combo : 3 h/semaine Combo : 4 h/semaine		samedi, de 14 h à 15 h 30		BALLET-NA-65	213 \$	266 \$
		jeudi et pointe*		COMBO-N2-10	414 \$	518 \$
		samedi et pointe*		COMBO-N2-11	414 \$	518 \$
		jeudi et samedi		COMBO-N2-12	480 \$	600 \$
	jeudi, samedi et pointe*	COMBO-N2-13	616 \$	770 \$		
**Ballet technique sur pointe (à jumeler avec un autre cours de ballet)						
	14 ans et +	samedi, 13 h à 14 h	GS			
Contemporain intermédiaire / avancé	14 ans et +	mardi, de 20 h 30 à 22 h	GS	DANSE-CONT-21	213 \$	266 \$
Jazz	14 ans et +	dimanche, de 10 h 30 à 12 h	GS	JAZZ-72	213 \$	266 \$
combo : 3 h/semaine		mardi, de 20 h à 21 h 30	PS	JAZZ-23	213 \$	266 \$
		dimanche et mardi		COMBO-JAZZ-10	480 \$	600 \$
Hip Hop avancé	16 ans et +	jeudi, de 20 h 15 à 21 h 45	PS	HIP-HOP-42	213 \$	266 \$

ACTIVITÉS LIBRES

L'INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS LIBRES SE FAIT EN TOUT TEMPS.

Dans le cadre de la politique familiale, l'abonnement familial est offert à toutes les personnes habitant à la même adresse, et ce, peu importe leur âge.

> NOTE

Pour toute carte d'abonnement, veuillez apporter une photo de 2,5 cm x 2,75 cm environ pour chaque membre désirant une carte d'abonnement.

BADMINTON LIBRE



Gymnase double, école secondaire du Mont-Bruno*

*carte d'abonnement obligatoire à l'école secondaire du Mont-Bruno

8 ans et + jeudi et vendredi de 17 h 30 à 19 h 30
dimanche de 8 h 15 à 12 h

16 ans et + lundi et mercredi de 19 h 15 à 22 h 45
jeudi et vendredi de 19 h 30 à 22 h 45

Du 4 janvier au 3 mai

Gymnase, école Mgr-Gilles-Gervais*

*possibilité de payer à chaque soir (ou carte d'abonnement) :

8 à 15 ans : **2 \$**; 16 ans et + : **3 \$**

8 ans et + mardi de 18 h 30 à 20 h

16 ans et + mardi de 20 h à 22 h

Du 6 janvier au 28 avril

ABONNEMENT INDIVIDUEL

	RÉSIDENT	NON-RÉSIDENT	CODE
Enfant (8 à 15 ans)	45 \$	68 \$	BADM-LIB-E-11
Adulte (16 ans et +)	65 \$	82 \$	BADM-LIB-A-11

ABONNEMENT FAMILIAL

	95 \$	119 \$	BADM-LIB-F-11
--	-------	--------	---------------

INSCRIPTION : par la poste OU

à compter du 4 janvier, inscription directement au gymnase de l'école secondaire du Mont-Bruno pendant l'horaire du badminton libre (**apportez votre photo**). **LE PAIEMENT DEVRA ÊTRE FAIT PAR CHÈQUE LIBELLÉ À L'ORDRE DE LA VILLE DE SAINT-BRUNO-DE-MONTARVILLE.**

> NOTE

Les espadrilles à semelles blanches sont **OBLIGATOIRES**. Les raquettes et les volants **NE SONT PAS FOURNIS**. Surveillez l'horaire spécial de la relâche scolaire.

ACTIVITÉS ANNULÉES

En raison d'événements spéciaux, les activités de badminton sont annulées à l'école secondaire les vendredis 16 et 30 janvier et dimanches 18, 25 janvier et 1^{er} février. D'autres annulations sont à prévoir au cours de l'année. Nous vous prions d'être attentifs aux communiqués affichés dans les gymnases, les publications et sur le site de la Ville.

BAIN LIBRE



Piscine intérieure, école secondaire du Mont-Bruno

Tous vendredi de 20 h à 21 h
dimanche de 13 h à 15 h 45

16 ans et + lundi * de 20 h à 21 h 15
mardi de 21 h à 22 h 15
mercredi * de 20 h à 21 h 15
vendredi de 21 h à 22 h 15

Bain matinal du lundi au vendredi, de 6 h 15 à 7 h 15

Le bain matinal est annulé durant les congés fériés.

*Il y a partage du bassin avec l'entraînement dirigé de 21 h à 21 h 15.

Du 4 janvier au 19 juin

Par séance : **2 \$** (6 à 15 ans)

3 \$ (16 ans et +)

LES TARIFS S'APPLIQUENT À COMPTER DU 1^{ER} JANVIER 2015.

ABONNEMENT INDIVIDUEL

	RÉSIDENT	NON-RÉSIDENT	CODE
Enfant (6 à 15 ans)	28 \$	49 \$	AL110
Adulte (16 ans et +)	40 \$	60 \$	AL210
Âge d'or (65 ans et +)	32 \$	48 \$	AL410

ABONNEMENT FAMILIAL

	61 \$	76 \$	AL310
--	-------	-------	-------

CARTE D'ADMISSION (valable pour 11 entrées au bain libre)

Enfant (6 à 15 ans)	19 \$	19 \$	AL510
Adulte (16 ans et +)	29 \$	29 \$	AL610

> NOTE

Les enfants de moins de 8 ans doivent être accompagnés d'une personne responsable de 16 ans et plus. Le port du casque de bain est obligatoire.

BASKETBALL LIBRE

Centre de formation du Richelieu

Lundi et mercredi de 19 h 30 à 21 h 30

Samedi de 13 h 30 à 18 h

Du 5 janvier au 30 mai (sauf les mercredis 15, 22 et 29 avril)

ABONNEMENT INDIVIDUEL

	RÉSIDENT	NON-RÉSIDENT	CODE
Enfant (8 à 15 ans)	35 \$	53 \$	BASK-LIB-E
Adulte (16 ans et +)	55 \$	69 \$	BASK-LIB-A

ABONNEMENT FAMILIAL

	80 \$	100 \$	BASK-LIB-FAM
--	-------	--------	--------------

TARIF JOURNALIER

Enfant (8 à 15 ans)	2 \$	2 \$
Adulte (16 ans et +)	3 \$	3 \$

INSCRIPTION : par la poste OU à la DLCVC

Les activités libres à l'aréna Michael-Bilodeau sont GRATUITES pour tous.



HOCKEY LIBRE

- Le port du casque protecteur, de la grille et du protège-cou est obligatoire.

Grande patinoire

Du 5 janvier au 4 avril

Du lundi au mercredi, de 7 h à 8 h (tous)

Lundi, mardi et jeudi, de 15 h à 16 h

Petite patinoire

Du 6 janvier au 26 mars

Mardi, de 16 h à 17 h (9 à 12 ans)

Mardi, de 17 h à 18 h (8 ans et - accompagné d'un adulte)

Jeudi, de 7 h à 8 h (tous)

Jeudi, de 15 h 30 à 16 h 30 (13 à 15 ans)

PATINAGE LIBRE

Grande patinoire

Du 2 janvier au 5 avril

Vendredi, de 20 h à 21 h 30

Dimanche, de 11 h à 12 h 15

Petite patinoire

Du 5 janvier au 25 mars

Lundi, de 14 h 40 à 16 h 55

Mercredi, de 14 h 40 à 16 h 35

PATINAGE ARTISTIQUE LIBRE

Grande patinoire

Du 8 janvier au 2 avril

Jeudi, de 7 h à 8 h

RINGUETTE LIBRE

Petite patinoire

Du 8 janvier au 26 mars

Jeudi, de 16 h 30 à 17 h 30

> NOTE

Certaines séances d'activités libres à l'aréna Michael-Bilodeau peuvent être annulées pour faire place à des événements spéciaux.

ACTIVITÉS PHYSIQUES

ABDOS-FESSES-CUISSSES-BRAS > 16 ans et + @

Entraînement où l'emphase est mise sur la tonification musculaire et le renforcement du corps en utilisant les poids libres, le step, les ballons, etc. La séance débute par un échauffement et se termine par une période d'étirement.

Gymnase, école Mount-Bruno

Mardi, de 20 h 30 à 21 h 30

11 semaines, du 6 janvier au 17 mars

65 \$ (non-résident : 82 \$)

SPÉCIALISTE : Emmanuelle Gosselin

CODE : AFCB-21

AÉROBIE SANS SAUT AVEC INTERVALLES > 16 ans et + @

Cours d'aérobic sans saut avec intervalles qui sollicite cardio, flexibilité et endurance musculaire. Aide à améliorer posture, équilibre et force fonctionnelle.

Gymnase, école Mgr-Gilles-Gervais

Lundi et mercredi, de 18 h 30 à 19 h 30

8 semaines, du 5 janvier au 25 février

65 \$ (non-résident : 82 \$)

SPÉCIALISTE : Danielle Leclerc

CODE : AEROBIE-11

BADMINTON – COURS POUR DÉBUTANTS > 10 à 15 ans

Cours d'initiation au badminton : règlements, techniques de base, parties en simple et en double. Le cours d'une heure a lieu durant la période de badminton libre.

Gymnase G2, école secondaire du Mont-Bruno

Vendredi, de 18 h 30 à 19 h 30

10 semaines, du 6 février au 17 avril (relâche le 6 mars)

50 \$ (non-résident : 75 \$)

SPÉCIALISTE : Derick Houde

CODE : BADM-COURS-51

> NOTE

Les joueurs qui étaient présents lors de la session d'automne peuvent se réinscrire dans ce groupe de débutants puisque le spécialiste adaptera son cours en conséquence. Le participant doit détenir une carte d'abonnement annuelle (page 15) s'il désire jouer durant la période de badminton libre.

PATINAGE LIBRE D'AMBIANCE AU LAC DU VILLAGE

Activités annulées en cas de mauvaise température

RENSEIGNEMENTS : Martine Lapointe, au 450 653-2443, poste 2878

Dimanche 18 janvier, de 12 h à 16 h

Journée en famille

Mascottes, chocolat chaud, barbe à papa! Prêt de raquettes.

Samedi 31 janvier, de 18 h à 21 h

Soirée Disco

Musique des années 70-80, chocolat chaud!

Samedi 14 février, de 18 h à 21 h

Soirée des valentins

Musique d'ambiance, chocolat chaud et sucreries!

BODY-KARATÉ > 12 ans et +

Entraînement qui allie les techniques traditionnelles du karaté à une musique rythmée. Renforce l'équilibre et la souplesse et développe l'endurance cardiovasculaire. Aucun préalable en karaté n'est requis pour exercer cette discipline sans contact.

Gymnase G4, école secondaire du Mont-Bruno

Mercredi, de 20 h à 21 h

10 semaines, du 7 janvier au 18 mars (relâche le 4 mars)

100 \$ (non-résident : 125 \$)

INSCRIPTION : directement avec l'organisme

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION : 450 641-7998,
mariepaulementaire@yahoo.ca

CARDIO BOXE > 16 ans et +

Techniques de base des boxeurs combinées à des exercices d'aérobic. Ce cours vise à améliorer la puissance, l'endurance et la coordination. Il implique un bon travail cardiovasculaire et musculaire au niveau du haut du corps (bras et abdominaux).

Gymnase, école Mount-Bruno

Mardi, de 19 h 30 à 20 h 30

11 semaines, du 6 janvier au 17 mars

65 \$ (non-résident : 82 \$)

SPÉCIALISTE : Emmanuelle Gosselin

CODE : **CARDIO-BOX-21**

CARDIO MIX ET PILOXING > 16 ans et +

Ce cours intègre des exercices de Pilates, de boxe et de danse, en plus des exercices du cours Cardio Mix.

Chalet Marie-Victorin

Lundi, de 9 h à 10 h

CARDIO-PIL-11

Jeudi, de 9 h à 10 h

CARDIO-PIL-41

10 semaines, du 5 janvier au 19 mars (relâche les 2 et 5 mars)

59 \$ (non-résident : 74 \$)

Vente de gants de piloxing sur place par la spécialiste (25 \$ la paire)

SPÉCIALISTE : Nancy Morissette

CARDIOMUSCULAIRE EN CIRCUIT > 16 ans et +

Cours mixte incluant un bloc cardio et un bloc musculaire alternés à des rythmes musicaux différents. Requiert une bonne condition physique.

Gymnase, école Mount-Bruno

Mercredi, de 18 h 55 à 19 h 55

11 semaines, du 7 janvier au 18 mars

65 \$ (non-résident : 82 \$)

SPÉCIALISTE : Emmanuelle Gosselin

CODE : **CARDIO-MUS-31**

COMBO STEP PILOXING > 16 ans et +

30 minutes d'exercices avec step et 30 minutes de piloxing pour travailler le corps, le cardio, le tonus et la flexibilité.

Gymnase, école De Montarville

Lundi, de 18 h 30 à 19 h 30

10 semaines, du 5 janvier au 16 mars (relâche le 2 mars)

59 \$ (non-résident : 74 \$)

Vente de gants de piloxing sur place par la spécialiste (25 \$ la paire)

SPÉCIALISTE : Nancy Morissette

CODE : **AERO-STEP-11**

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE > 16 ans et +

Développement de la capacité aérobique. Chaque cours comprend une période d'aérobic, de course ou de marche, une période de musculation et une activité libre (étirements, volleyball).

Gymnase, école secondaire du Mont-Bruno

Lundi et mercredi, de 19 h 30 à 20 h 45

CON-PHY-11

Lundi et mercredi, de 20 h 45 à 22 h

CON-PHY-12

16 semaines, du 5 janvier au 29 avril (relâche les 2 et 4 mars)

133 \$ (non-résident : 167 \$)

SPÉCIALISTE : Frédéric Scotto

ÉTIREMENTS CLASSIQUES**ESSENTIALS** > 16 ans et +

Programme adapté à tous les âges qui vise à étirer et raffermir tout le corps. Exercices aidant à perdre du poids, amincir les jambes, les bras et le ventre. L'accent est mis sur l'amélioration de la posture et l'augmentation de l'énergie. Vu au réseau PBS.

Salle de danse, école secondaire du Mont-Bruno

Lundi et mercredi, de 20 h 15 à 21 h 15

10 semaines, du 5 janvier au 18 mars (relâche les 2 et 4 mars)

105 \$ (non-résident : 132 \$)

SPÉCIALISTE : Laurence Godin

CODE : **ETIREMENTS-11**

FESSES DE FER - CARDIO > 15 ans et +

Exercices musculaires et cardiovasculaires sur musique, par intervalle, axés particulièrement sur les cuisses et les fesses.

Gymnase, école De Montarville

Lundi, de 19 h 30 à 20 h 30

10 semaines, du 5 janvier au 16 mars (relâche le 2 mars)

59 \$ (non-résident : 74 \$)

SPÉCIALISTE : Nancy Morissette

CODE : **FESSESFER-11**



LE TOUR DU MONDE

DE KARIBOU^{MC} > 12 mois à 4 ans



Programme d'activités motrices où, par une série de parcours, de jeux, d'exercices et d'animation, les tout-petits sont invités à courir, sauter, danser, rouler et grimper. L'environnement est très stimulant et accueillant et l'objectif premier est de s'amuser. La présence d'un parent est requise.

Chalet de la piscine Roberval

Les Poussins coquins^{MC}

12-16 mois samedi, de 9 h à 9 h 50 **KAR-PL-61**

Les Lapins taquins^{MC}

16-20 mois samedi, de 9 h à 9 h 50 **KAR-PL-61**

Les Ratons fripons^{MC}

20-24 mois samedi, de 10 h à 10 h 50 **KAR-RO-62**

Les Oursons mignons^{MC}

25-27 mois samedi, de 10 h à 10 h 50 **KAR-RO-62**

28-30 mois samedi, de 11 h à 11 h 50 **KAR-OL-63**

28-30 mois dimanche, de 10 h à 10 h 50 **KAR-OL-71**

Les P'tits loups filous^{MC}

30-36 mois samedi, de 11 h à 11 h 50 **KAR-OL-63**

30-36 mois dimanche, de 10 h à 10 h 50 **KAR-OL-71**

Les Renards débrouillards^{MC}

3-4 ans dimanche, de 11 h à 11 h 50 **KAR-R-72**

80 \$ (non-résident : 100 \$)

10 semaines, du 10 janvier au 22 mars (relâche les 7 et 8 mars)

SPÉCIALISTE : Mireille Chapleau

RENSEIGNEMENTS : letourdumondedekaribou.com

M.A.C. (MUSCU.ABDO.CARDIO) > 16 ans et +



Exercices cardio et musculaires à haute intensité. Entraînement rapide, efficace et fonctionnel qui tonifie tous les muscles. Cours avec circuits-intervalles utilisant des charges modérées.

Gymnase, école Mgr-Gilles-Gervais

Lundi et mercredi, de 19 h 30 à 20 h 30

8 semaines, du 5 janvier au 25 février

65 \$ (non-résident : 82 \$)

SPÉCIALISTE : Danielle Leclerc

CODE : MAC-11



MARCHE NORDIQUE AVEC BÂTONS > 16 ans et +



Adaptée pour la remise et la mise en forme, le maintien de la condition physique et l'amélioration de la posture sans oublier la réduction de tensions entre les omoplates. L'intensité et la durée varient selon vos capacités. Port de souliers à crampons recommandé.

• Il faut détenir une carte d'accès au parc national du Mont-Saint-Bruno.

Stationnement #3, parc national du Mont-Saint-Bruno

Multiniveaux mardi, de 9 h à 10 h 15 **MARCH-NORD-32**
samedi, de 10 h 30 à 11 h 45 **MARCH-NORD-61**

10 semaines, du 6 janvier au 21 mars (relâche les 3 et 7 mars)

105 \$ (non-résident : 132 \$)

Location de bâtons : 3 \$ par séance, payable au spécialiste

Location d'embouts : 1 \$ par séance, payable au spécialiste

SPÉCIALISTE : Marcel Tousignant, M. Sc., kinésologue

> **NOTE**

Un certificat médical peut être exigé.

MISE EN FORME 45 À 65 ANS (KIN IN)



Échauffement suivi d'exercices sollicitant le cardio et le musculaire. Travail des abdominaux et fessiers avant de relaxer. L'intensité est adaptée à vos capacités afin d'améliorer ou de maintenir votre forme physique. Sauts et jogging ne sont pas obligatoires.

Chalet Marie-Victorin

Multiniveaux mardi et jeudi, de 14 h 20 à 15 h 35 **COND-45-21**

Gymnase, école De Montarville

Multiniveaux mardi et jeudi, de 18 h 30 à 19 h 45 **COND-45-22**

10 semaines, du 6 janvier au 19 mars (relâche les 3 et 5 mars)

130 \$ (non-résident : 163 \$)

SPÉCIALISTE : Marcel Tousignant, M. Sc., kinésologue

> **NOTE**

Un certificat médical peut être exigé.

MISE EN FORME 65 ANS ET + (KIN IN)



Pour améliorer votre forme physique. Défis personnalisés sollicitant cardio, musculaire, flexibilité, équilibre et coordination. Plusieurs pauses permettent la récupération. La séance se termine par une période de relaxation.

Chalet Marie-Victorin

Multiniveaux mardi et jeudi, de 13 h à 14 h 15 **COND-65-22**

Chalet, piscine Roberval

Débutant mardi et jeudi, de 10 h 45 à 12 h **COND-65-21**

Débutant mercredi et vendredi, de 10 h 45 à 12 h **COND-65-11**

10 semaines, du 6 janvier au 20 mars (relâche du 3 au 6 mars)

130 \$ (non-résident : 163 \$)

SPÉCIALISTE : Marcel Tousignant, M. Sc., kinésologue

> **NOTE**

Un certificat médical peut être exigé.

OXYGÈNE 2 (KIN EX) > 16 ans et +

Mise en forme en plein air ou entraînement plus intense pour les adeptes des sports d'extérieur débutant par un échauffement progressif, suivi d'un travail en petits groupes aux capacités similaires. Votre cardio, votre tonus et votre coordination seront sollicités par la marche, le jogging ou les sauts. Retour au calme incluant du Tai Chi. Port de souliers à crampons recommandé.

- Il faut détenir une carte d'accès au parc national du Mont-Saint-Bruno.

Vieux Presbytère

La 1^{re} rencontre se fera dans le stationnement du Vieux Presbytère. Par la suite, les rencontres se feront dans le stationnement #3 du parc national du Mont-Saint-Bruno.

Multiniveaux lundi et mercredi, de 18 h 15 à 19 h 30

10 semaines, du 5 janvier au 18 mars (relâche les 2 et 4 mars)

130 \$ (non-résident : 163 \$)

SPÉCIALISTE : Marcel Tousignant, M. Sc., kinésologue

CODE : OXY2-11

> **NOTE**

Un certificat médical peut être exigé.

OXYGÈNE PLUS (KIN EX +) > 16 ans et +

Plus intense que le cours d'Oxy2. Échauffement, renforcement musculaire et retour au calme se font en grand groupe. Le cardiovasculaire dans les sentiers se fait en petits groupes aux capacités similaires, que ce soit par le jogging, des intervalles, la marche nordique ou rapide.

Retour au calme incluant du Tai Chi. Port de souliers à crampons recommandé.

- Il faut détenir une carte d'accès au parc national du Mont-Saint-Bruno.

Stationnement #3, parc national du Mont-Saint-Bruno

Multiniveaux samedi, de 9 h à 10 h 30

10 semaines, du 10 janvier au 21 mars (relâche le 7 mars)

110 \$ (non-résident : 138 \$)

SPÉCIALISTE : Marcel Tousignant, M. Sc., kinésologue

CODE : OXY1-61

> **NOTE**

Un certificat médical peut être exigé.

PILATES > 16 ans et +

Favorise une amélioration de votre posture, de votre tonus et de votre flexibilité. Les muscles stabilisateurs, principalement au niveau de la sangle abdominale, seront stimulés pour renforcer le dos, les abdominaux, les fessiers et les bras.

Chalet Marie-Victorin

Débutant mercredi, de 13 h à 14 h 15 **PILA-DEB-31**

École De Montarville

Multiniveaux mardi, de 19 h 50 à 21 h 05 **PILA-MULTI-21**

Multiniveaux mercredi, de 19 h 45 à 21 h **PILA-MULTI-32**

10 semaines, du 6 janvier au 18 mars (relâche les 3 et 4 mars)

105 \$ (non-résident : 132 \$)

SPÉCIALISTE : Marcel Tousignant, M. Sc., kinésologue

> **NOTE**

Un certificat médical peut être exigé.

PILOXING (anciennement ABDOS-FESSES-CUISSSES) > 16 ans et +

Tonification musculaire, flexibilité, cardio et renforcement du corps en utilisant les techniques du Pilates, des mouvements de boxe et de la danse. Travail sur tout le corps, en mettant l'accent sur les abdos, les fesses et les cuisses.

Gymnase, école De Montarville

Mercredi, de 18 h 30 à 19 h 30

10 semaines, du 7 janvier au 18 mars (relâche le 4 mars)

59 \$ (non-résident : 74 \$)

Vente de gants de piloxing sur place par la spécialiste (25 \$ la paire)

SPÉCIALISTE : Nancy Morissette

CODE : PILOX-31

RÉDUCTION DE STRESS ET LÂCHER-PRISE > 16 ans et +

S'adresse aux personnes aux prises avec l'anxiété, le manque d'estime de soi, la douleur et la maladie. L'emphase est mise sur la pleine conscience et le lâcher-prise par des exercices de méditation, d'étirements et de respiration.

Chalet, piscine Roberval

Judi, de 20 h 15 à 21 h 45

10 semaines, du 8 janvier au 19 mars (relâche le 5 mars)

143 \$ (non-résident : 179 \$)

SPÉCIALISTE : Marcel Tousignant, M.Sc. Kinésologue

info.marc.tou@gmail.com

CODE : RED-STRESS-41

> **NOTE**

Le programme ne se propose pas comme une « cure magique ». Suivre ce programme est exigeant et inclut un engagement envers soi.

RELAXATION EN MOUVEMENT > 16 ans et +

Éducation somatique inspirée de M. Feldenkrais pour bénéficier d'une plus grande aisance en mouvement, accroître sa vitalité, retrouver une respiration plus libre et améliorer sa posture. Les mouvements sont effectués allongé au sol.

Chalet Marie-Victorin

Lundi, de 13 h 15 à 14 h 30

10 semaines, du 5 janvier au 16 mars (relâche le 2 mars)

130 \$ (non-résident : 163 \$)

SPÉCIALISTE : Sylvie Béliveau, spécialiste en éducation somatique

de l'UQAM et de l'Institut Feldenkrais

RENSEIGNEMENTS : sylviebeliveau.com

CODE : RELAX-11

REMISE EN FORME

AVEC BÉBÉ > 8 semaines à 24 mois

L'échauffement est progressif et vous prépare pour la partie principale où il y a alternance de cardio et de musculaire. Le choix des sentiers et l'intensité de l'effort sont en fonction des capacités et des objectifs de chaque personne.

- Il faut détenir une carte d'accès au parc national du Mont-Saint-Bruno.
- La poussette de type « jogger » ou à grosses roues et une housse sont recommandées, ainsi que l'utilisation de souliers avec crampons en hiver.

Stationnement #3, parc national du Mont-Saint-Bruno

Mercredi et vendredi, de 9 h à 10 h 15

10 semaines, du 7 janvier au 20 mars (relâche les 4 et 6 mars)

130 \$ (non-résident : 163 \$)

SPÉCIALISTE : Marcel Tousignant, M. Sc., kinésiologue

CODE : BEBE-21

> NOTE

Un certificat médical peut être exigé. En cas d'orage ou de pluie abondante, la séance se tiendra au chalet de la piscine Roberval.

RETRAITÉS EN FORME > 50 ans et +

Gardez la forme ou retrouvez-la en bougeant sur des musiques entraînant. Vous serez dirigés pour un entraînement diversifié incluant le cardiovasculaire, la musculation et le zumba gold.

Chalet Marie-Victorin (mercredi)

Gymnase, centre de formation du Richelieu (vendredi)

Débutant mercredi et vendredi, de 10 h 30 à 11 h 45 **RETRAI-FOR-32**

Avancé mercredi et vendredi, de 9 h à 10 h 15 **RETRAI-FOR-31**

10 semaines, du 7 janvier au 20 mars (relâche les 4 et 6 mars)

125 \$ (non-résident : 157 \$)

SPÉCIALISTE : Nancy Morissette

SKI ALPIN OU PLANCHE À NEIGE

COURS DE GROUPE

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

Programme d'amélioration de la technique par des instructeurs de l'école de Ski Saint-Bruno comprenant une évaluation et une certification du Programme d'entraînement sportif du Québec (P.E.S.Q.). Les participants sont classés selon leur niveau par l'école, dès le premier jour des cours.

Le billet de remontée est valide de 17 h 30 à la fermeture du centre de ski et sera remis par le moniteur à chaque cours.

Aucun changement de niveau ne sera effectué après la fin du deuxième cours ni aucun remboursement ou transfert sur les billets non utilisés.

N.B. L'école de glisse se réserve le droit d'annuler les cours qui n'atteignent pas le minimum d'élèves requis (6 élèves du même niveau pour 1 groupe).

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : lundi 15 décembre

RENSEIGNEMENTS : Service à la clientèle (450 653 3441)
ou groupe@skisaintbruno.ca

LEÇON DE SKI OU DE PLANCHE > 10 à 15 ans

Niveaux de ski : prélude, christiana, parallèle et compétence I

Niveaux de planche : challenge, radical, vertical, méga

Station de Ski Saint-Bruno

Mardi, de 18 h à 19 h 30

6 semaines, du 13 janvier au 17 février

175 \$ - cours de ski

SKI-LEC-21

175 \$ - cours de planche

PLAN-LEC-21

> NOTE

Pour les niveaux compétence 2 pour le ski et méga 2 pour la planche à neige, les élèves devront s'adresser directement au comptoir de l'école de glisse ou s'inscrire aux vendredis ados 13-16 ans.

LOCATION D'UN ÉQUIPEMENT COMPLET DE SKI OU DE PLANCHE À NEIGE

Vous pouvez profiter de l'option de location sans avoir à acheter un équipement, à un tarif global pour les 6 semaines.

95 \$ - équipement de ski (casque inclus)

SKI-LOC-01

95 \$ - équipement de planche (casque inclus)

SKI-PL-LOC-01

SPINNING > 16 ans et +

Entraînement sur vélo favorisant la tonification, le renforcement des jambes et l'amélioration de la capacité cardiorespiratoire. Expérimentation des situations propres au cyclisme : graver des côtes, sprinter et vivre l'expérience de la course cycliste.

Centre de formation du Richelieu

Lundi, de 17 h à 18 h

SPINNING-11

Lundi, de 18 h à 19 h

SPINNING-12

Mercredi, de 17 h à 18 h

SPINNING-32

Mercredi, de 18 h à 19 h

SPINNING-33

Vendredi, de 6 h à 7 h

SPINNING-51

Dimanche, de 8 h à 9 h

SPINNING-71

10 semaines, du 5 janvier au 22 mars (relâche les 2, 4, 6 et 8 mars)

1 cours : 78 \$ (non-résident : 98 \$)

Forfait 2 cours : 137 \$ (non-résident : 171 \$)

Sur le formulaire d'inscription, indiquez-nous vos deux choix dans la même case.

SPÉCIALISTE : Frédéric Scotto

STRETCHING - ESSENTIALS > 45 ans et +

Programme dynamique d'étirements qui aide à amincir le corps, réduire les maux de dos, freiner l'évolution de l'ostéoporose, améliorer la posture, stimuler la circulation et augmenter l'énergie et le cardio.

Chalet Marie-Victorin

Lundi, de 11 h 05 à 12 h 05

STRETCHING-11

Mardi, de 10 h à 11 h

STRETCHING-21

70 \$ (non-résident : 88 \$)

Chalet Marie-Victorin ■ NOUVEAU ■

Mardi et vendredi, de 9 h à 10 h

STRETCHING-22

105 \$ (non-résident : 132 \$)

10 semaines, du 5 janvier au 20 mars (relâche les 2, 3 et 6 mars)

SPÉCIALISTE : Allie Barbeau

TAI CHI > 16 ans et +

Mouvements d'origine martiale exécutés avec une extrême lenteur en harmonie avec la respiration, la posture, la détente et la circulation de l'énergie vitale (chi). Le Tai Chi est pratiqué pour le bien-être, la santé et la joie de vivre.

Salle Lucien-Foucreault, bibliothèque

Débutant (11 exercices) :

Lundi, de 19 h à 20 h 15

TAI-CHI-11

Intermédiaire (formes courtes 24 postures) :

Lundi, de 20 h 15 à 21 h 30

TAI-CHI-12

15 semaines, du 12 janvier au 27 avril (relâche le 6 avril)

118 \$ (non-résident : 148 \$)

SPÉCIALISTE : Claire Pâquet

VOLLEY-BALL - LIGUE RÉCRÉATIVE > 16 ans et +

Gymnase G3 et G4, Collège Trinité

Mardi, de 19 h 30 à 22 h 30 (selon l'horaire des joutes)

18 semaines, du 6 janvier au 5 mai

55 \$ (non-résident : 83 \$)

CODE : VOLLEY-BAL-21

> NOTE

Tous les joueurs inscrits devront se présenter le 6 janvier, à 19 h 30, au Collège Trinité car la responsable y formera les équipes et remettra les horaires.

WORK OUT ADOS > 12 à 17 ans

Variété d'activités sportives offerte uniquement aux adolescents. Découverte et pratique de plusieurs disciplines dont le step, le ballon, le cardio boxe et différents circuits.

Gymnase, école Mount-Bruno

Mardi, de 18 h 30 à 19 h 30

11 semaines, du 6 janvier au 17 mars

47 \$ (non-résident : 71 \$)

SPÉCIALISTE : Emmanuelle Gosselin

CODE : WORKOUTADO-21

YOGA DOUX AVEC SONS, VISUALISATION ET RELAXATION > 16 ans et +

Adapté aux personnes qui désirent s'initier au yoga ou qui sont attirées par une optique de non performance et de conscience du moment présent, ce cours cumule douceur, joie et intériorité.

Chalet Roberval

Mercredi, de 18 h 30 à 19 h 45

10 semaines, du 14 janvier au 25 mars (relâche le 4 mars)

95 \$ (non-résident : 119 \$)

SPÉCIALISTES : Martin Gareau et Suzanne Lord

CODE : YOGA-DOUX-31

YOGA ÉTIREMENTS POUR RETRAITÉS > 50 ans et +

Expérimentation des exercices d'étirements doux synchronisés avec la respiration, jumelés à l'apprentissage de techniques de respiration (pranayama) et de la méditation.

Chalet Marie-Victorin

Vendredi, de 10 h 30 à 11 h 45

10 semaines, du 9 janvier au 20 mars (relâche le 6 mars)

95 \$ (non-résident : 119 \$)

SPÉCIALISTE : Céline Masse

CODE : YOGA-ETIRE-51

YOGA HATHA INITIATION ET CONTINUITÉ > 16 ans et +

Par l'utilisation appropriée de mouvements, postures et techniques respiratoires, vous vous engagerez dans une démarche génératrice de santé, de paix et d'équilibre sur tous les plans.

Chalet Marie-Victorin

Jeudi, de 10 h 30 à 11 h 45

10 semaines, du 15 janvier au 26 mars (relâche le 5 mars)

95 \$ (non-résident : 119 \$)

SPÉCIALISTES : Martin Gareau et Suzanne Lord

CODE : YO-H-INIT-41

YOGA HATHA PROGRESSION > 16 ans et +

S'adresse aux élèves ayant suivi YOGA HATHA INITIATION ET CONTINUITÉ ou l'équivalent. La démarche se poursuit via l'utilisation de postures et techniques plus intenses et élaborées. S'y ajoutent méditation, relaxation, sons et philosophie.

- Il faut avoir suivi le cours hatha initiation ou l'équivalent.

Chalet Marie-Victorin

Jeudi, de 18 h 30 à 20 h

10 semaines, du 15 janvier au 26 mars (relâche le 5 mars)

105 \$ (non-résident : 132 \$)

SPÉCIALISTES : Martin Gareau et Suzanne Lord

CODE : YO-H-PROG-41

■ NOUVEAU ■**YOGA INTERMÉDIAIRE** > 16 ans et +

Idéal pour solidifier la ceinture abdominale, améliorer le maintien et tonifier la silhouette. Solidifie votre dos dans le respect de vos limites, améliore la concentration, aide à approfondir la respiration tout en apaisant les fluctuations du mental. Postures sont adaptées aux capacités des participants.

- Il faut une bonne connaissance des postures de base.

Chalet Marie-Victorin

Jeudi, de 20 h 15 à 21 h 30

10 semaines, du 8 janvier au 12 mars

99 \$ (non-résident : 124 \$)

SPÉCIALISTE : Suzanne Gosselin

CODE : YOGA-INTER-41

YOGA PARENTS-ENFANTS > 3 à 5 ans



Les enfants y découvrent le yoga tout en s'amusant. Asanas, relaxation active et passive et exercices de respiration sont au programme. **La présence d'un parent est requise.**

Salle Lucien-Foucreault, bibliothèque

Mercredi, de 18 h 15 à 18 h 45

4 semaines : les 14 et 28 janvier, 25 février et 11 mars

40 \$ (non-résident : 60 \$)

SPÉCIALISTE : Mireille Lechasseur

CODE : YOGA-ENFAN-31

YOGA PARENTS-ENFANTS (NIVEAU AVANCÉ) > 3 à 5 ans



Les enfants y poursuivent leur découverte du yoga par le jeu. Asanas, relaxation active et passive et exercices de respiration sont au programme. **La présence d'un parent est requise.**

- Il faut avoir suivi le cours de yoga parents-enfants.

Salle Lucien-Foucreault, bibliothèque

Mercredi, de 19 h à 19 h 30

4 semaines : les 14 et 28 janvier, 25 février et 11 mars

40 \$ (non-résident : 60 \$)

SPÉCIALISTE : Mireille Lechasseur

CODE : YOGA-ENFAN-32

YOGA PILATES > 16 ans et +

Enchaînement des postures de yoga et des techniques de respiration profonde, renforcement des muscles profonds autour de la colonne vertébrale et tonification des abdominaux et du bas du dos. Développe votre flexibilité et repose votre esprit.

Chalet Marie-Victorin

Débutant lundi, de 18 h à 19 h 15

Intermédiaire* lundi, de 19 h 15 à 20 h 30

YOGAPIL-11

YOGAPIL-12

SPÉCIALISTE : Emmanuelle Gosselin

Gymnase, école Mgr-Gilles-Gervais

Débutant jeudi, de 19 h 45 à 21 h

Intermédiaire* jeudi, de 18 h 30 à 19 h 45

YOGAPIL-42

YOGAPIL-41

SPÉCIALISTE : Sandra Bussotto

10 semaines, du 5 janvier au 12 mars

85 \$ (non-résident : 107 \$)

- *Exigence : Yoga Pilates pour débutant ou multiniveaux



YOGA PILATES, QIGONG ET MÉDITATION (TRIUM) > 16 ans et +



Quel que soit le chemin emprunté, vous vous découvrirez un potentiel caché selon l'approche corps-esprit. Chacun peut en bénéficier pour vivre dans une plus grande harmonie.

Chalet, piscine Roberval

Lundi, de 19 h 45 à 21 h 15 (90 minutes)

10 semaines, du 5 janvier au 16 mars (relâche le 2 mars)

143 \$ (non-résident : 179 \$)

SPÉCIALISTE : Marcel Tousignant, M. Sc., Kinésiologue

info.marc.tou@gmail.com

CODE : TRIUM-11

YOGA POUR DÉBUTANTS > 20 ans et +

Mouvements, postures, techniques respiratoires et méditatives aident à établir une paix profonde et durable. Postures, tantôt en Hatha, Hatha Flow, Yin Yoga ou Yoga Restauratif. Tonus musculaire, souplesse, capacité respiratoire et gestion du stress s'améliorent.

Chalet Marie-Victorin

Mardi, de 18 h 45 à 20 h

10 semaines, du 6 janvier au 10 mars

99 \$ (non-résident : 124 \$)

SPÉCIALISTE : Suzanne Gosselin

CODE : YO-DEB-21

YOGA POST-NATAL

MAMAN/BÉBÉ > Bébé de 10 semaines à 8 mois



Faites le plein d'énergie par la respiration et la relaxation. Expérimentez des postures avec bébé. Apprenez de petits mouvements de yoga pour le nourrisson qui favorisent le déroulement de la colonne, le renforcement du cou, du dos et de la musculature. Un porte-bébé est requis.

Salle Lucien-Foucreault, bibliothèque

Mercredi, de 13 h 30 à 15 h

5 semaines : les 14 et 28 janvier, 11 et 25 février et 11 mars

61 \$ (non-résident : 77 \$)

SPÉCIALISTE : Mireille Lechasseur

CODE : YOGAPOST-31

YOGA PRÉNATAL > 18 ans et +



Pratique de postures pour relâcher les tensions, des exercices de respiration, de visualisation et de relaxation profonde. Renforcement des abdominaux et assouplissement du plancher pelvien aidant à l'ouverture du bassin lors de l'accouchement.

Salle Lucien-Foucreault, bibliothèque

Jeudi, de 19 h à 20 h 30

10 semaines, du 8 janvier au 19 mars (relâche le 5 mars)

117 \$ (non-résident : 146 \$)

SPÉCIALISTE : Mireille Lechasseur

CODE : YOGA-PRE-41

> NOTE

L'autorisation d'un médecin est obligatoire pour toute femme enceinte de moins de quatre mois.



ZUMBA FITNESS > 15 ans et +

Tonique et intense! Dansez et faites bouger vos hanches au son de la musique latine et internationale! Faciles à suivre, ces chorégraphies vous feront dépenser un maximum de calories.

Gymnase, école Mount-Bruno

Lundi, de 20 h 15 à 21 h 15

ZUMBA-11

Jeudi, de 18 h 15 à 19 h 15

ZUMBA-41

Samedi, de 11 h 05 à 12 h 05

ZUMBA-61

10 semaines, du 12 janvier au 22 mars

59 \$ (non-résident : 74 \$)

SPÉCIALISTE : Mélissa Roch



ZUMBA GOLD > 45 ans et +



Tonique et intense! Dansez et faites bouger vos hanches au son de la musique latine et internationale! Faciles à suivre, ces chorégraphies vous feront dépenser un maximum de calories. Adapté pour ce groupe d'âge.

Chalet Marie-Victorin

Mardi, de 11 h à 12 h

10 semaines, du 6 janvier au 17 mars (relâche le 3 mars)

59 \$ (non-résident : 74 \$)

SPÉCIALISTE : Nancy Morissette

RENSEIGNEMENTS : zumba.com

CODE : ZUMBA-GOLD-21



ZUMBA STEP > 15 ans et +

Découvrez le Zumba® Step, combinaison du zumba régulier et de l'effet tonifiant et renforçant du step pour vos jambes et fessiers.

Gymnase, école Mount-Bruno

Mercredi, de 20 h 15 à 21 h 15

10 semaines, du 14 janvier au 18 mars

59 \$ (non-résident : 74 \$)

SPÉCIALISTE : Mélissa Roch

CODE : ZUMBA-31



ZUMBA TONING GOLD > 45 ans et +



Utilisez des *toning sticks* (bâtons tonifiants) pour accompagner le rythme et tonifier les zones ciblées telles que les cuisses, les abdos et les bras. C'est le moyen idéal pour sculpter votre corps.

Chalet Marie-Victorin

Lundi, de 10 h à 11 h

10 semaines, du 5 janvier au 16 mars (relâche le 2 mars)

59 \$ (non-résident : 74 \$)

SPÉCIALISTE : Nancy Morissette

RENSEIGNEMENTS : zumba.com

CODE : ZUMBA-GOLD-12

AMIS-SOLEILS

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

Les Amis-Soleils de Saint-Bruno est un organisme à but non lucratif offrant des activités de loisir adaptées aux personnes vivant avec une déficience intellectuelle ou d'autres troubles de développement.

LES INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS DES AMIS-SOLEILS NE SE FONT PAS PAR L'ENTREMISE DE LA VILLE.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION : Veuillez communiquer avec madame Roxane Jeannotte, coordonnatrice, au 438 391-9281. Le formulaire d'inscription des Amis-Soleils est également disponible au bureau de la Direction du loisir, de la culture et de la vie communautaire.

Retournez par la poste à :

LES AMIS-SOLEILS DE SAINT-BRUNO

a/s de Roxane Jeannotte

C.P. 99 Bureau chef

Saint-Bruno-de-Montarville (Québec) J3V 4P8

- votre formulaire d'inscription
- votre paiement par chèque fait à l'ordre de *Les Amis-Soleils de Saint-Bruno*

DATE LIMITE DES INSCRIPTIONS : 5 JANVIER

> NOTE

Les enfants de Saint-Bruno-de-Montarville et les enfants de familles naturelles auront la priorité lors de l'inscription si le nombre d'inscriptions reçues dépasse le maximum prévu. Nous nous réservons le droit de refuser un candidat s'il s'avérerait difficile pour nous de répondre à ses besoins. Tout nouveau participant est à l'essai. Nous nous réservons le droit de refuser un candidat inscrit après le 5 janvier et d'annuler une activité si le nombre d'inscriptions est insuffisant pour la réaliser adéquatement.

ACTIVITÉ DU SAMEDI > 6 ans et +

Sont au programme : activités de bricolage, arts plastiques et arts de la scène, sports d'équipe et jeux de groupe, sorties, journées spéciales et activités de plein air destinés à favoriser la socialisation des enfants et procurer un répit aux parents.

Gymnase, école Albert-Schweitzer

Samedi, de 10 h à 16 h 30

10 semaines, du 17 janvier au 21 mars

167 \$ (non-résident et famille d'accueil : 200 \$)

ACTIVITÉ OTARIE > 6 à 21 ans

Les activités se déroulent en piscine. Elles sont structurées en ateliers amusants et stimulants facilitant la participation et l'intégration des jeunes enfants aux loisirs de groupe tout en favorisant le développement perceptuel et moteur, la confiance en soi et la socialisation.

École secondaire du Mont-Bruno

Dimanche, de 15 h 30 à 17 h 30

(une heure en piscine suivie d'une légère collation et de jeux calmes)

10 semaines, du 18 janvier au 22 mars

70 \$ (non-résident et famille d'accueil : 88 \$)

ASSOCIATIONS ET CLUBS



Association de basketball
de Saint-Bruno (Cougars)

stbrunocougars.com

INSCRIPTION AVEC LA VILLE

BASKETBALL > 4 à 14 ans

Initiation au basketball et programme récréatif (ligue du samedi) « demi-saison ». Des places sont encore disponibles dans ces programmes (initiation, novice, mini-junior, mini-senior, benjamin) pour les garçons et filles de 4 à 14 ans.

Gymnases G1 et G2, école secondaire du Mont-Bruno

Samedi matin, du 10 janvier au 14 mars (9 samedis au total)

60 \$ pour initiation (non-résident : 75 \$)

80 \$ pour novice, mini-junior, mini-senior, benjamin (non-résident : 100 \$)

Aucun remboursement ne sera effectué après la dernière journée « porte ouverte », soit le 17 janvier 2015.

RENSEIGNEMENTS : liguedusamedi@stbrunocougars.com
ou Eric Michaud (514 912-7577) stbrunocougars.com

NIVEAU	ANNÉE	HORAIRE	CODE
Initiation	2009-2010	de 8 h à 9 h	BAP-M-INI
Novice	2007-2008	de 9 h à 10 h 30	BAP-M-NOV
Mini-Junior	2005-2006	de 10 h 30 à 12 h	BAP-M-MIJ
Mini (féminin)	2003-2006	de 10 h 30 à 12 h	BAP-F-MIJ
Mini-Senior	2003-2004	de 12 h à 13 h 30	BAP-M-MIS
Benjamin	2001-2002	de 12 h à 13 h 30	BAP-M-BEN

PORTE OUVERTE LES SAMEDIS 10 ET 17 JANVIER

Les jeunes de 4 à 14 ans sont invités à venir découvrir le basketball les samedis 10 et 17 janvier, selon l'horaire indiqué.
Essayer le basketball... c'est l'adopter!



Association Budokai
Saint-Bruno

budokai.ca

**INSCRIPTION DIRECTEMENT AVEC L'ORGANISME****PROCÉDURE D'INSCRIPTION :**

Vous pouvez vous inscrire directement sur le site budokai.ca en cliquant sur l'onglet « inscription ».

Faites parvenir votre chèque (payable à l'Association Budokai de Saint-Bruno) et la demande d'affiliation individuelle AKS disponible sous l'onglet Budokai/Formulaires (1 formulaire d'affiliation par année et par membre inscrit) à :

Association Budokai de Saint-Bruno

C.P. 344, succursale – bureau chef

Saint-Bruno-de-Montarville (Québec) J3V 5G8

Veuillez noter que vous ne recevrez pas de confirmation d'inscription. Venez essayer... les cours des 5, 7 et 10 janvier sont gratuits.

KARATÉ > 7 à 77 ans**STYLE :** Shotokan**Gymnases G3 et G4, école secondaire du Mont-Bruno****École Mount-Bruno, école De Montarville**

18 semaines, du 5 janvier au 15 mai

Relâche du 2 au 7 mars et les 4 et 6 avril

EXAMENS : Les passages de grades se feront les samedis 2 et 9 mai.

AFFILIATIONS : Karaté Québec (KQ), Association Karaté Shotokan (AKS)

RESPONSABLES : Association Budokai Saint-Bruno - budokai.ca

Instructeur-chef, Martin Allard, 4^e Dan

Laura Rochon, présidente (450 441-0749)

Débutants

Lundi et mercredi, de 18 h 30 à 19 h 30 (G3)

Samedi, de 11 h 30 à 12 h 30 – ceinture blanche (G4)

Intermédiaires

Lundi et mercredi, de 18 h 30 à 19 h 30 (G3)

Samedi, de 10 h 30 à 11 h 30 - ceintures orange à verte (G4)

Avancés

Lundi et mercredi, de 18 h 30 à 20 h (G3)

Jeudi, de 19 h 30 à 21 h (école Mount-Bruno)

Samedi, de 9 h 30 à 10 h 30 - ceintures bleue à noire (G4)

Veuillez noter que, dû à une compétition à l'école secondaire du Mont-Bruno, les cours du samedi 17 janvier auront lieu EXCEPTIONNELLEMENT à l'école De Montarville.

Vous pouvez participer à autant de cours par semaine que vous le voulez, mais nous vous conseillons d'être présent à au moins deux cours par semaine pour bien suivre la progression du groupe.

Le coût d'inscription varie selon l'âge du participant et le nombre de personnes inscrites de la même famille. Référez-vous au tableau qui suit.

	TARIF RÉGULIER	2 ^E MEMBRE MÊME FAMILLE	3 ^E MEMBRE ET + MÊME FAMILLE
Adulte et adolescent (13 ans et +)	170 \$	150 \$	130 \$
Enfant (12 ans et -)	150 \$	130 \$	120 \$

Frais de 25 \$ pour chèque sans provision

Frais de 10 \$ pour inscription après le 25 janvier

L'inscription est gratuite pour le parent qui accompagne son enfant pour la première fois (programme parent-accompagnateur). Seuls les frais d'affiliation de 38 \$ devront être payés.

Il est également possible de vous inscrire lors des premiers entraînements, les 5, 7 et 10 janvier.

Les coûts incluent les taxes ainsi que les frais d'affiliation. Veuillez noter que le GI de karaté, **obligatoire**, n'est pas inclus dans les frais d'inscription. Vente de GI de karaté sur place.

CLUB ÉLITE (ceintures jaune à noire)

Cours de compétition pour les karatékas qui désirent se dépasser, tous les vendredis de 18 h 30 à 20 h 30, à l'école De Montarville. Aucuns frais supplémentaires ne sont exigés pour ce cours offert aux ceintures jaunes et plus. Toute demande pour intégrer l'équipe du Club Élite doit être approuvée par la responsable de ce volet, Mme Marie-Paule Cervellin.



Association régionale
de Kin-Ball Rive-sud

kin-ball.qc.ca/rive-sud

Cette activité familiale stimulante allie esprit d'équipe et accomplissement de soi. Joins-toi à un club qui ose!

INSCRIPTION DIRECTEMENT AVEC L'ORGANISME

PROCÉDURE D'INSCRIPTION :

Libellez un chèque de 80 \$ à l'ordre de l'ARKBRS avant le 26 décembre et postez-le à :

Association de Kin-Ball de la Rive-Sud
C. P. 23528 l'Heureux, Beloeil (Québec) J3G 6P5

Veuillez indiquer nom du joueur, adresse de résidence, date de naissance et numéro de téléphone en cas d'urgence.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : vendredi 26 décembre

Veuillez noter qu'aucune confirmation d'inscription ne sera postée. Vous devez vous présenter le 6 février à l'heure prévue. Nous communiquerons seulement avec les participants qui devront changer d'horaire.

RENSEIGNEMENTS : Vanessa Gallagher (450 748-1388)

rive-sud@kin-ball.qc.ca

kin-ball.qc.ca/rive-sud

KIN-BALL PARENTS-ENFANTS > 8 ans et +

Il s'agit d'un cours d'initiation au Kin-ball, un sport québécois à pratiquer avec vos enfants. L'enfant peut s'inscrire seul, sans être accompagné du parent.

- Vêtements sport et espadrilles sont requis.

École Mgr-Gilles-Gervais

Vendredi, de 18 h à 19 h

10 semaines, du 6 février au 17 avril (relâche le 6 mars)

80 \$ (non-résident : 100 \$)



Centre d'Escrime
Excellence Saint-Bruno

escrimeexcellence.com

INSCRIPTION DIRECTEMENT AVEC L'ORGANISME

PROCÉDURE D'INSCRIPTION :

lors du premier cours de la session d'hiver, le lundi 8 décembre, à 18 h 15, ou par téléphone au 514 699-4100 ou au 450 933-6554.

L'affiliation à la Fédération de l'Escrime du Québec (FEQ) est obligatoire.

RENSEIGNEMENTS : auprès de l'entraîneur Felix Nicolae (514 699-4100 ou 450 933-6554) ou par courriel à escrimeexcellence@gmail.com
Visitez le site escrimeexcellence.com.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

Le Centre d'Escrime Excellence ouvre ses portes à toute personne voulant pratiquer l'escrime à tous les niveaux : apprenti, compétition, élite, et ce, à partir de 8 ans jusqu'au niveau vétéran.

Gymnase, école Courtland Park

Programmes pour apprentis et de perfectionnement

Lundi et mercredi, de 18 h 15 à 19 h 15; samedi, de 9 h à 10 h

Programmes libre et de compétition

Lundi et mercredi, de 19 h 15 à 21 h; samedi, de 10 h à 12 h

12 semaines, du 8 décembre 2014 au 21 mars 2015

AMATEUR

Programme pour apprentis

Il s'agit d'un programme récréatif pour les débutants (introduction à l'escrime). L'entraînement comprend une période d'échauffement, des exercices de déplacement, des leçons collectives, des assauts libres et l'apprentissage des règles de l'escrime.

AFFILIATION : FEQ – niveau débutant – non-compétitif : 35 \$

1 séance/semaine

120 \$ session d'hiver

> NOTE

équipement de base fourni (gant, masque, veste et épée)

Programme libre

Dans ce programme récréatif pour les amateurs, l'entraînement comprend une période d'échauffement, des exercices de déplacement, des leçons collectives et des assauts libres.

AFFILIATION : FEQ – niveau débutant – non-compétitif : 35 \$

1 à 3 séances/semaine

1 séance/semaine : 150 \$

2 à 3 séances/semaine : 200 \$

> NOTE

équipement requis

Suite à la page suivante >

PERFORMANCE

Programme de perfectionnement

Ce programme intermédiaire, comme son nom l'indique, vient après le programme pour apprentis et avant le programme libre ou programme de compétition. L'entraînement comprend une période d'échauffement, des exercices de déplacement, des leçons collectives, des assauts libres et une leçon individuelle par session. Une affiliation FEQ de niveau provincial est exigée.

AFFILIATION : FEQ – niveau provincial – compétitif : **65 \$**

1 à 3 séances/semaine

1 séance/semaine : **150 \$**

2 à 3 séances/semaine : **200 \$**

> NOTE

équipement requis

Programme de performance

Ce programme est spécialement adapté pour la performance avec des leçons collectives et 3 leçons individuelles, des exercices thématiques et des assauts libres.

- Évaluation requise; inscription après évaluation seulement.

AFFILIATION : FEQ – niveau national – compétitif : **65 \$**

3 séances/semaine

220 \$ session d'hiver

> NOTE

équipement requis



Club Gym Richelieu
gymrichelieu.com

INSCRIPTION DIRECTEMENT AVEC L'ORGANISME

PROCÉDURE D'INSCRIPTION

La préinscription pour l'hiver est débutée depuis le 7 novembre sur notre site au gymrichelieu.com. Le formulaire d'inscription est disponible en ligne seulement. Vous vous inscrivez d'abord, puis vous nous envoyez votre chèque par la poste à :

Club Gym Richelieu,
3600-50, 1^{re} Rue, Saint-Hubert (Québec) J3Y 8Y5

Notez que seule une confirmation électronique de la réception de l'inscription sera envoyée par courriel. Vous devez vous présenter le 10 janvier à l'heure prévue. Nous communiquerons seulement avec les participants qui devront changer d'horaire.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 9 janvier

- Le port du maillot de gymnastique du club est obligatoire (35 \$, en vente au premier cours). Il faut être pieds nus, ne pas porter de bijoux et avoir les cheveux attachés. Les parents doivent attendre leur enfant à l'extérieur.

RENSEIGNEMENTS : 450 462-1496

information@gymrichelieu.com

urgence : 514 262-7013

BOUT' CHOUX GYM (mixte) > 3 ans

Ces cours visent à faire bouger l'enfant et l'amener à développer sa motricité, sa coordination, son orientation spatiale et sa force.

Gymnase, école secondaire du Mont-Bruno

Samedi, de 9 h à 10 h

12 semaines, du 10 janvier au 4 avril (relâche le 31 janvier)

135 \$ (non-résident : 170 \$)

25 \$ additionnels pour affiliation annuelle à la Fédération de gymnastique du Québec (de septembre à juin)

GYMNASTIQUE (FILLES) > 4 à 16 ans

On y fait l'apprentissage des mouvements gymniques aux différents appareils olympiques (sol, poutre, barres asymétriques, cheval, trampoline, trampolinette).

Gymnase, école secondaire du Mont-Bruno

4 à 5 ans : samedi, de 10 h à 11 h 30

6 à 8 ans : samedi, de 12 h 30 à 14 h 30

8 ans et + : samedi, de 14 h 30 à 16 h 30

12 semaines, du 10 janvier au 4 avril (relâche le 31 janvier)

4 à 5 ans : **155 \$** (non-résident : 200 \$)

6 ans et + : **175 \$** (non-résident : 215 \$)

25 \$ additionnels pour affiliation annuelle à la Fédération de gymnastique du Québec (payable une fois par année de septembre à juin)

Les cours suivants sont données au Club à Saint-Hubert :

- Club de compétition - gymnastique
- Gymnastique (garçons) de 5 à 12 ans

Communiquez avec nous pour plus de détails à
information@gymrichelieu.com.





Club de ski de fond
Monteriski
monteriski.ca

INSCRIPTION DIRECTEMENT AVEC L'ORGANISME

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION :

Sylvie Girard, 450 922-0619 ou 514 883-7030
monteriski@hotmail.com

SKI DE FOND

Parc national du Mont-Saint-Bruno

Équipe de compétition pour les 13 ans et plus et équipe de relève pour les 8 à 12 ans :

- entraînement les mercredis soir et/ou dimanches matin
- entraînement pour les maîtres les jeudis après-midi et/ou dimanches après-midi

École de ski de fond : 8 fins de semaine (samedi ou dimanche) à partir du 3 ou 4 janvier

Inscription : dimanche 30 novembre

- cours privés ou de groupe pour les adultes
- groupes scolaires

DURÉE : de janvier à mars à partir du samedi 3 janvier

100 \$ ou plus, selon le forfait pour l'école de ski
Consultez le site monteriski.ca pour les frais et options.



Club de ski de fond
Nordic
clubnordic.org

SKI DE FOND > pour tous

Le club de ski de fond Nordic, organisme à but non lucratif, offre à ses membres des pistes balisées, tracées et à sens unique sur une distance de 25 km en pas classique et de patin et 15 km de pistes pour la raquette. L'école de ski propose une formation pour les jeunes et moins jeunes. De la glissade sur tubes est aussi possible. **Les renseignements concernant l'acquisition des cartes de membre et les horaires seront annoncés sur le site du club.**

Chalet du club Nordic

Terrain de la Défense nationale (champ de tir 5^e GSS)
1625, rang des Vingts, Saint-Basile-le-Grand
(à la limite de Saint-Bruno-de-Montarville)

Le club sera ouvert au public et à nos membres les vendredis, samedis et dimanches seulement. Des passes journalières seront offertes au public selon la disponibilité du site. Exceptionnellement, le club sera ouvert pour tous durant la période des fêtes et la relâche scolaire. Consultez le calendrier des activités du club pour plus de détails.

RENSEIGNEMENTS : Consultez le site clubnordic.org pour la programmation détaillée.



Club de soccer FC
Mont-Bruno
soccermontbruno.com

INSCRIPTION DIRECTEMENT AVEC L'ORGANISME

PROCÉDURE D'INSCRIPTION :

Le formulaire d'inscription est disponible sur le site du FC Mont-Bruno au soccermontbruno.com.

Libellez votre chèque à l'ordre du FC Mont-Bruno. Les inscriptions doivent s'effectuer par la poste à :

Club de Soccer Mont-Bruno
C.P. 26, Saint-Bruno-de-Montarville (Québec) J3V 4P8

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : Soccer intérieur : 6 janvier
Académie : 11 mars

RENSEIGNEMENTS : registraire@soccermontbruno.com
450 441-8488 (chalet du parc de la Coulée)

ACADÉMIE U5 À U8

Joueurs de calibre récréatif de niveaux U5 à U8 (2007 et 2010) en 2015

Gymnase, Collège Trinité (gymnase à confirmer)

U5MF	dimanche, de 9 h à 10 h
U6MF	dimanche, 1 ^{er} groupe, de 10 h 15 à 11 h 15, et 2 ^e groupe, de 9 h à 10 h
U7-U8MF	dimanche, 1 ^{er} groupe, de 11 h 30 à 12 h 45, et 2 ^e groupe, de 10 h 15 à 11 h 30

L'horaire peut varier en fonction du nombre d'inscriptions reçues pour chaque groupe. Si le nombre ne permet pas de compléter les deux groupes, nous ne formerons que le premier groupe.

Du 15 mars au 17 mai (10 séances) (relâche le 5 avril)

Voir les formulaires d'inscription disponibles à la mi-janvier sur le site du FCMB pour les coûts.

ÉQUIPEMENT REQUIS : protège-tibias, souliers d'intérieur et gourde d'eau

NOUVEAU PROJET

Programme Soccer intérieur juvénile récréatif – matchs de soccer à 5 en gymnase avec arbitre. Les groupes seront formés selon le nombre d'inscriptions par catégorie (par exemple 9-10-11 mixte).

Catégories U9 à U12 (F et M) (2003 à 2006 - âge 2015)

Gymnase, Collège Trinité (et autres gymnases sur le territoire)

Les matchs auront lieu selon un horaire défini : les dimanches entre 13 h 30 et 19 h 30 (en fonction du nombre d'équipes).

Du 11 janvier au 29 mars (10 séances) (relâche les 1^{er} et 8 mars)

110 \$

ÉQUIPEMENT REQUIS : protège-tibias, souliers d'intérieur et gourde d'eau

Suite à la page suivante >

CAMP DE SOCCER DURANT LA RELÂCHE

Jeunes nés entre 2001 et 2006

Centre de formation du Richelieu

Du 2 au 6 mars

150 \$ par semaine, plus 40 \$ pour le service de garde, le cas échéant**INSCRIPTION :** par la poste (inclure le formulaire et le paiement)**Date limite :** 18 février**CAMP DE SÉLECTION U9 À U18 (INTERCITÉ)**

Il n'y aura pas de camp de sélection en janvier. Tous les joueurs et joueuses désirant se joindre à une équipe compétitive pour la prochaine année doivent faire une demande au Directeur technique afin d'être évalués (dt@soccermontbruno.com).

Les entraînements d'équipe commenceront à la fin de janvier au BMO. Les horaires sont disponibles sur le site.

INSCRIPTION ÉTÉ 2015

Surveillez notre site pour vous inscrire à la saison d'été dès le début de février.

REÇUS D'IMPÔT POUR LA SAISON 2014

Les reçus d'impôt pour tous les jeunes de 16 ans et moins seront disponibles à partir de la fin de janvier sur notre site soccermonbruno.com. Vous pourrez imprimer vos reçus en ligne.



Club de trampoline
Quadrotramp

quadrotramp.com

INSCRIPTION DIRECTEMENT AVEC L'ORGANISME

Procédure d'inscription : Faites parvenir le formulaire d'inscription, disponible sur le site quadrotramp.com, accompagné de votre chèque libellé à l'ordre du Club Quadrotramp en date du 6 janvier 2015, à :

Club Quadrotramp,
C.P. 383, Saint-Bruno-de-Montarville (Québec) J3V 5G8

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 6 janvier

Veuillez noter qu'aucune confirmation d'inscription ne sera postée. Vous devez vous présenter à la date de votre cours et à l'heure prévue. Nous communiquerons seulement avec les participants qui devront changer d'horaire. L'inscription est officielle sur réception du paiement seulement.

Gymnase G4, école secondaire du Mont-Bruno

RENSEIGNEMENTS : Karina Kosko (450 461-2255)
info@quadrotramp.com, quadrotramp.com

TRAMPOLINE BOUT'CHOUX > 4 et 5 ans

Les tout-petits y font l'apprentissage des techniques de base du trampoline par le jeu et des exercices de développement moteur au sol. Le ratio est fixé à un entraîneur pour un maximum de 6 enfants par trampoline, ainsi qu'un assistant au sol.

Dimanche, de 9 h 30 à 10 h 25

8 semaines, du 11 janvier au 15 mars (relâche les 16, 17 et 18 janvier)
Autres relâches à confirmer

75 \$ + 22,50 \$ (frais d'affiliation à la Fédération de gymnastique, de septembre 2014 à août 2015)

TRAMPOLINE > 6 à 13 ans**NOUVEAU PROGRAMME DE DÉVELOPPEMENT ET DE PROGRESSION**

Les jeunes y font l'apprentissage des techniques de base du trampoline et d'exercices au sol. Le ratio est fixé à un entraîneur pour un maximum de 6 enfants par appareil.

Jeudi, de 18 h à 18 h 55 / 19 h à 19 h 55

Vendredi, de 17 h 30 à 18 h 25 / 18 h 30 à 19 h 25

Dimanche, de 10 h 30 à 11 h 25 / 11 h 30 à 12 h 25 / 13 h à 13 h 55

Dimanche, de 9 h 30 à 10 h 25

8 semaines, du 9 janvier au 15 mars (relâche les 16, 17 et 18 janvier)
Autres relâches à confirmer

75 \$ + 22,50 \$ (frais d'affiliation à la Fédération de gymnastique, de septembre 2014 à août 2015)

TRAMPOLINE PLUS > 8 à 16 ans**NOUVEAU PROGRAMME DE DÉVELOPPEMENT ET DE PROGRESSION**

Votre enfant désire en faire un peu plus? Voici un cours à sa mesure. Le cours est d'une durée de 1 h 15 avec un ratio d'un entraîneur pour un maximum de 6 enfants par appareil.

Dimanche, de 13 h à 14 h 15

(heure sujette à changement selon inscription)

8 semaines, du 11 janvier au 15 mars (relâche les 16, 17 et 18 janvier)
Autres relâches à confirmer

98 \$ + 22,50 \$ (frais d'affiliation à la Fédération de gymnastique, de septembre 2014 à août 2015)

TRAMPOLINE PRÉCOMPÉTITIF > 6 à 12 ans

Les jeunes y font l'apprentissage et perfectionnent les techniques de base du trampoline. Ce groupe participera aux évaluations provinciales du programme DÉFI trampoline ainsi qu'à l'initiation à la compétition pour les plus avancés. Une évaluation peut être requise puisque les places sont limitées. Le ratio est fixé à un maximum de 5 enfants par appareil.

2 jours / semaine, mardi et vendredi (possibilité d'une 3^e journée le jeudi)

Du 6 janvier au 12 juin

Communiquez avec nous pour le coût.

> NOTE

Le maillot de gymnastique (pour les filles) et les shorts et singlet (pour les garçons) sont obligatoires dans les groupes précompétitif, compétitif et élite.

GROUPE COMPÉTITIF ET ÉLITE

Quadrotramp est un club de haut niveau. À chaque année, nous avons plusieurs athlètes des groupes de compétition élite qui participent aux diverses rencontres nationales et internationales. Le club compte sur des entraîneurs qualifiés ayant plus de 20 ans d'expérience dans le domaine. Nous comptons également parmi nous des athlètes reconnus par la Fédération de gymnastique du Québec.



Judo Mont-Bruno

judomontbruno.com
info@judomontbruno.com

INSCRIPTION DIRECTEMENT AVEC L'ORGANISME

INSCRIPTION : mardi 6 janvier, de 18 h 30 à 19 h 30, au gymnase du Centre de formation du Richelieu

RENSEIGNEMENTS :

Roxanne Gendron, instructeur (5 à 12 ans) : 450 461-2489
Yann Tesar, instructeur (13 ans et +) : 438 823-4915

JUDO POUR TOUS > 5 ans et +

Récréatif, technique et/ou de compétition

AFFILIATION : Judo-Québec

Gymnase, Centre de formation du Richelieu

14 semaines débutant le mardi 6 janvier pour les U12 et plus vieux, et le samedi 11 janvier pour les U8 et U10 (relâche du 2 au 7 mars)

De **130 \$** à **294 \$** pour 14 semaines, selon la division
De **60 \$** à **70 \$** pour l'achat d'un judogi

HORAIRE ET TARIFS* (selon l'année de naissance)

U8 : 2008 et après

130 \$

Samedi, de 9 h à 10 h

U10 : 2006-2007

172 \$

Mardi, de 18 h 30 à 19 h 30, et samedi, de 10 h à 11 h

U12 : 2004-2005

178 \$

Mardi, de 18 h 30 à 19 h 30, et samedi, de 10 h à 11 h

U14 : 2002-2003

185 \$

Mardi, de 18 h 30 à 19 h 30, et samedi, de 10 h à 11 h

U16 : 2000-2001

259 \$

Mardi, de 19 h 45 à 21 h 15, jeudi, de 19 h 30 à 21 h, et samedi, de 11 h 15 à 12 h 45

U18 : 1998-1999

267 \$

Mardi, de 19 h 45 à 21 h 15, jeudi, de 19 h 30 à 21 h, et samedi, de 11 h 15 à 12 h 45

U21 : 1995-1996-1997

277 \$

Mardi, de 19 h 45 à 21 h 15, jeudi, de 19 h 30 à 21 h, et samedi, de 11 h 15 à 12 h 45

Senior : 1994 et avant

286 \$

Tarif ceinture noire : **294 \$**

Mardi, de 19 h 45 à 21 h 15, et jeudi, de 19 h 30 à 21 h



Patinage St-Bruno

cpastbruno.com

COURS DE PATINAGE

La description complète des programmes de Patinage Canada et l'horaire des cours offerts par Patinage St-Bruno pour la saison 2014-2015 sont disponibles sur le site du Club cpastbruno.com.

INSCRIPTION DIRECTEMENT AVEC L'ORGANISME

PROCÉDURE D'INSCRIPTION :

L'inscription se fait PAR LA POSTE à l'adresse suivante :

Patinage St-Bruno

Case postale 372

Saint-Bruno-de-Montarville (Québec) J3V 5G8

INSCRIPTION : Pour obtenir un formulaire d'inscription ou pour tout autre renseignement, visitez le site du club au cpastbruno.com.

RENSEIGNEMENTS : inscriptions@cpastbruno.com

- Le port d'un casque de hockey homologué CSA est obligatoire pour tous les patineurs de 3 à 77 ans, jusqu'à l'obtention de l'écusson 5 du programme Patinage Plus.
- Le port du costume officiel de Patinage St-Bruno est obligatoire sauf lorsque spécifié autrement (en vente chez Excellence Sports de Saint-Bruno).

Filles : collants beiges, jupe et chandail ou veste officiels du Club

Garçons : pantalon noir et chandail ou veste officiels du Club

Aréna Michael-Bilodeau

Patinage Plus saison d'hiver : du 3 janvier au 28 février

Patinage Intensif Plus (Power Skating) : du 5 décembre au 20 février

95 \$ Patinage Plus

165 \$ Patinage Intensif Plus (Power Skating)

Des frais additionnels de 75 \$ sont applicables aux non-résidents qui s'inscrivent aux cours de patinage offerts par Patinage St-Bruno.

PROGRAMME PATINAGE**PLUS - MINI GLACE** > 3 et 4 ans

Ce cours a pour but d'initier au patinage les enfants qui n'ont pas encore commencé la maternelle. Il faut avoir au moins 3 ans sans avoir atteint l'âge de 5 ans au 30 septembre 2014. Le costume du Club n'est pas obligatoire mais le port du chandail officiel est recommandé.

Petite glace, aréna Michael-Bilodeau

Samedi, de 10 h 55 à 11 h 45 (50 minutes)

Samedi, de 11 h 50 à 12 h 40 (50 minutes)

Samedi, de 12 h 45 à 13 h 35 (50 minutes)

PROGRAMME PATINAGE PLUS > 5 à 11 ans

Ce cours permet l'apprentissage des techniques de base du patinage et vise l'assimilation par le jeu et l'atteinte d'objectifs individuels progressant de l'étape 1 à 6.

Grande glace, aréna Michael-Bilodeau

Vendredi, de 17 h 15 à 18 h 05 (50 minutes)

Vendredi, de 18 h 05 à 18 h 55 (50 minutes)

Dimanche, de 10 h 05 à 10 h 55 (50 minutes)

PROGRAMME PATINAGE**PLUS – COURS ADAPTÉS** > 5 ans et +

Ce programme a pour but d'initier au patinage les enfants vivant avec un handicap physique, une déficience intellectuelle ou d'autres troubles du développement. Nous offrons aux enfants du programme de patinage adapté la possibilité de participer au spectacle de fin d'année avec la collaboration des parents.

Grande glace, aréna Michael-Bilodeau

Samedi, de 13 h 45 à 14 h 35 (50 minutes)

PATINAGE INTENSIF PLUS (Power Skating)

Ce programme a pour but d'améliorer les techniques de patinage des joueurs de hockey et joueuses de ringuette. Les sessions de 10 semaines sont données par un entraîneur professionnel formé pour cette discipline. Le port de l'équipement complet de hockey ou de ringuette est obligatoire.

Petite glace, aréna Michael-Bilodeau

Du 5 décembre 2014 au 20 février 2015

Relâche le 26 décembre et le 2 janvier

HORAIRE	NIVEAU HOCKEY	NIVEAU RINGUETTE
Vendredi, de 18 h 15 à 19 h 15	PRÉ-NOVICE/ NOVICE	MOUSTIQUE/ NOVICE
Vendredi, de 19 h 25 à 20 h 25	ATOME PEE-WEE	ATOME BENJAMINE

PATINAGE POUR ADOLESCENTS**DÉBUTANTS** > 12 à 17 ans

Ce programme offre des cours d'apprentissage des techniques de base du patinage adaptés aux ados et s'adresse aux jeunes ayant peu de connaissances en patinage. Le port du costume officiel du Club n'est pas obligatoire mais recommandé.

Petite glace, aréna Michael-Bilodeau

Lundi, de 19 h 30 à 20 h 30

■ BIENVENUE AUX AÎNÉS ■

PATINAGE POUR ADULTES > 18 ans et +

Ce programme adapté aux adultes offre des cours d'apprentissage des techniques de base du patinage. Le port du costume officiel du Club n'est pas obligatoire mais recommandé.

Petite glace, aréna Michael-Bilodeau

Lundi, de 19 h 30 à 20 h 30

Lundi, de 20 h 30 à 21 h 30

Cours pour débutants et intermédiaires



Je m'implique pour réussir

Je m'implique pour réussir est un projet pilote d'aide aux devoirs subventionné pour deux ans par la CRÉ de l'agglomération de Longueuil, en partenariat avec la Commission scolaire des Patriotes, l'école secondaire du Mont-Bruno, la Maison des Jeunes et la Ville de Saint-Bruno-de-Montarville, afin d'épauler les jeunes dans leurs études et favoriser ainsi leur réussite scolaire.

Le projet *Je m'implique pour réussir* offre aux jeunes de 6^e année à la 5^e secondaire :

- › une aide professionnelle **gratuite et confidentielle**
- › un enseignant et un orthopédagogue **reconnus** par les écoles et la commission scolaire
- › un milieu propice à la **concentration** et à la **réussite**
- › un **suivi** avec leur école
- › un enseignant pour un maximum de **5 élèves**
- › un **encadrement** et des **horaires souples**

ENDROIT : Maison des Jeunes de Saint-Bruno - 1425, rue Goyer

HORAIRE : les mardis, mercredis et jeudis, de 15 h à 17 h

Une collation servie gratuitement vers 16 h permettra de faire une pause.

Inscris-toi vite si tu veux profiter du programme!

Nom : _____ Prénom : _____ Niveau : _____

Adresse : _____

Téléphone : _____ Adresse de courriel : _____

Autorisation parentale :

J'autorise mon enfant à participer au projet *Je m'implique pour réussir*.

Nom du parent : _____ Signature : _____

MAISON DES JEUNES



Une programmation adaptée
aux jeunes de Saint-Bruno!
PROGRAMME ADO MDJ

Pour connaître les détails de notre programmation adaptée aux jeunes et l'horaire de nos activités, nous vous invitons à consulter le mjstruno.org.

Maison des Jeunes, 1425, rue Goyer (à moins d'indication contraire)

Du 28 novembre 2014 au 31 mars 2015

Mardi au jeudi, de 15 h à 20 h, et les vendredi et samedi, de 15 h à 21 h

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Caroline Gauthier
(450 441-1989, poste 21)

LES ACTIVITÉS RÉGULIÈRES SONT GRATUITES!

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

Mardis | On développe ses habiletés

Dès 15 h, les jeunes élaborent un dessert pour la Bouffe en Gang du lendemain et participent à des ateliers de prévention et sensibilisation.

Mercredis | Bouffe en Gang

De 17 h à 19 h. Pour responsabiliser les participants, ils auront une tâche ménagère à accomplir après le repas. Inscription requise, avant 16 h 30.

Jeudis | Imaginatifs

Dès 15 h, peinture, dessin, scrapbooking, tournage d'un court-métrage, improvisation et autres sont au programme.

Vendredis | On fait du social

Dès 15 h, il n'y a pas de meilleur endroit que la MDJ pour jouer, parler et s'amuser entre amis.

Samedis | On s'active

Dès 15 h, les jeunes aident les animateurs à accomplir quelques tâches ménagères en compensation desquelles ils auront droit à un repas gratuit. Les activités libres sont mises à la disposition des jeunes.

ACTIVITÉS SPÉCIALES

Novembre

Dimanche 30 novembre : Guignolée (départ de la MDJ)

Décembre

Mardi 2 décembre, de 19 h à 20 h : Atelier de prévention sur les problèmes alimentaires en relation avec l'estime de soi

Vendredi 5 décembre, 19 h : Soirée de gars/soirée de filles

Vendredi 12 décembre, 18 h : Gala de Noël

Samedi 13 décembre, de 18 h à 21 h : Soirée cinéma-maison

Mardi 16 décembre, de 18 h à 20 h : Activité « personnalise un objet » (apportez un vieux objet)

Vendredi 19 décembre, de 17 h à 20 h : Activité de financement, emballage, Maxi de Saint-Basile-le-Grand

Samedi 20 décembre, de 9 h à 17 h : Activité de financement, emballage, Maxi de Saint-Basile-le-Grand

Janvier

Jeudi 8 janvier, de 15 h à 17 h : Concours de bonshommes de neige

Samedi 10 janvier, de 15 h à 16 h : Soirée Pilates et relaxation

Mardi 13 janvier, 18 h : Dessinons tous ensemble

Vendredi 16 janvier, 19 h : Jeux de société

Samedi 17 janvier, de 15 h à 17 h : Quilles (Salon Volta à Boucherville, 10 \$/personne incluant le transport, deux parties et les souliers)

Jeudi 22 janvier, dès 15 h : Peinture sur neige

Vendredi 23 janvier, de 18 h à 21 h : Soirée reconnaissance

Samedi 31 janvier, 15 h : Journée blanche

Février

Jeudi 5 février, de 18 h à 20 h : Meurtre et mystère

Samedi 7 février : Fête du Lac, Lac du Village

Mardi 10 au samedi 14 février : Courrier du cœur

Mardi 10 février, 20 h : Concours de poésie : date limite pour la remise des poèmes

Samedi 14 février, de 18 h à 21 h : Soirée cinéma-maison

Mardi 17 février, 18 h : Dessinons tous ensemble

Samedi 21 février, 15 h : Journée blanche

Mars

Vendredi 13 mars, 19 h : Jeux de société

Samedi 14 mars, de 18 h à 21 h : Tournoi multidisciplinaire

Jeudi 19 mars, de 18 h à 20 h : Soirée Loup-Garou

Vendredi 20 mars, 19 h : Soirée de gars/soirée de filles

Samedi 21 mars, 15 h : Journée blanche

Mardi 24 mars, de 19 h à 20 h : Atelier de prévention sur la consommation

Mardi 31 mars, 18 h : Dessinons tous ensemble

Date à déterminer : Activité intergénérationnelle au Manoir Saint-Bruno

Date à déterminer : Secondaire en spectacle, école secondaire du Mont-Bruno

Date à déterminer : Bénévolat au souper de Noël, Manoir Saint-Bruno

Date à déterminer : Bénévolat au souper du Club Richelieu

GARDIENS

AVERTIS > 11 ans et +



La MDJ offre aux jeunes la possibilité de suivre une formation de la Croix-Rouge qui leur donne les compétences nécessaires pour prendre soin de jeunes enfants et pallier certains imprévus de façon sécuritaire en l'absence d'adultes.

Samedis 6 décembre, 24 janvier et 28 mars, jeudi 19 février, de 9 h à 17 h

45 \$, payable par chèque seulement

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION : Caroline Gauthier
(450 441-1989, poste 21)

SOIRÉE SPÉCIALE > 8 à 12 ans



Le Club Optimiste Le Manoir, en collaboration avec la MDJ, est heureux d'offrir des soirées avec musique, danse et activités spéciales. Les soirées se tiendront au 1425, rue Goyer (MDJ). Un service de cantine est disponible sur place.

Vendredis 28 novembre (spécial Noël), 30 janvier, 27 février (spécial Saint-Valentin) et 27 mars, de 19 h à 21 h 30

5 \$

La semaine de relâche à la Maison des Jeunes!

Pour la semaine de relâche, la MDJ organise des activités spéciales chaque jour pour permettre aux ados de profiter pleinement de cette période de congé.

MDJ, 1425, rue Goyer (à moins d'indication contraire)

Du 2 au 7 mars inclusivement

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Caroline Gauthier
(450 441-1989, poste 21) ou mjtbruno.org

PROGRAMMATION

SAMEDI : Nuit vidéo (samedi précédant la relâche)

Du samedi 28 février, 22 h, au dimanche 1^{er} mars, 7 h

LUNDI : Journée création et rallye

Exceptionnellement, la traditionnelle Bouffe en Gang du mercredi se tiendra le lundi. Après le souper, on dépensera notre énergie dans un rallye comprenant des énigmes et un parcours à obstacles. Venez en grand nombre!
Lundi 2 mars, dès 14 h

MARDI : Restaurant et cinéma

Au fil des années, la sortie « restaurant et cinéma » lors de la semaine de relâche connaît une popularité grandissante.

Mardi 3 mars, de 17 h à 22 h environ

Dans la ville de Saint-Bruno

5 \$ (incluant le cinéma et le transport). Le repas au restaurant est aux frais des jeunes.

MERCREDI : Journée de quilles et soirée d'épreuves

Avant le souper, on va s'amuser en jouant aux quilles et, après, on tentera de dépasser ses limites en se mesurant à des défis de taille du type Fort Boyard.
Mercredi 4 mars, dès 15 h

Salon de quilles Volta, Boucherville, et MDJ

5 \$ par personne pour les quilles

JEUDI : Duo Karting et Paintball

C'est à la demande expresse des jeunes que la MDJ a organisé une journée de karting et de paintball.

Jeudi 5 mars

Action 500, Montréal

35 \$ par personne

VENDREDI : Cabane à sucre

L'hiver est encore là, mais on s'encourage avec l'arrivée du temps des sucres qui annonce le dégel et le début du printemps.

Vendredi 6 mars, de midi à 14 h environ

Cabane à sucre Le Rossignol, Sainte-Julie

8 \$ (incluant le repas et le transport)

SAMEDI : Journée lèche-vitrine et magasinage

Samedi 7 mars

Promenades Saint-Bruno

Activité gratuite (mais, bien sûr, les achats sont aux frais des jeunes!)

Inscription dès maintenant à la MDJ. Pour les sorties extérieures, les places sont limitées! Certaines activités impliquent un minimum d'inscriptions et, s'il manque des participants, nous devons les annuler. Viens vite chercher ta feuille d'autorisation (chèques acceptés).

RELÂCHE SCOLAIRE AVEC CAJOU

Les Camps de jour CAJOU vous présentent leur dynamique programme de la semaine de relâche, du 2 au 6 mars 2015, offert aux enfants de la maternelle à secondaire 1 (en cours).



SERVICE DE GARDE

- Arrivée et départ des camps : entrée du complexe sportif de l'école secondaire du Mont-Bruno, 221, boulevard Clairevue Est.
- Les services de garde, du matin (de 7 h à 9 h) et du soir (de 16 h à 18 h), sont inclus dans le coût d'inscription.
- Frais de 5 \$ par 5 minutes de retard chargés aux parents qui arriveront après 18 h (heure de fermeture du service de garde).

INSCRIPTION

INSCRIPTION PAR INTERNET OU PAR LA POSTE ■ NOUVEAU ■

Contrairement à l'an dernier, il n'y aura **pas de préinscription** pour les camps de la relâche scolaire puisque les activités ne sont pas contingentées.

Les inscriptions se feront par Internet, au **stbruno.ca**, ou par la poste **avant le 10 décembre**. Après cette date, le coût des camps sera majoré de 5 \$ (inscriptions de moins de 60 \$) ou de 10 \$ (inscriptions de plus de 60 \$).

Afin que votre inscription soit valide, il est important de respecter la procédure suivante :

- **COMPLÉTER** le **formulaire d'information sur le participant**, disponible à la **DLCVC** et sur le **stbruno.ca**;
- Pour les inscriptions postales : retourner le paiement à la **DLCVC**, 1585, rue Montarville, Saint-Bruno-de-Montarville (Québec) J3V 3T8.

NUMÉRO DE PERSONNE

Pour vous inscrire par Internet, vous devez détenir un numéro de personne. Si vous avez déjà participé à une de nos activités, votre numéro de personne est indiqué sur votre reçu d'inscription. Si vous ne détenez pas de numéro de personne, vous pouvez nous téléphoner au 450 645-2940 pour en obtenir un.

REMBOURSEMENT

Aucun remboursement ne sera accepté pour aucun des camps après le 2 février, sauf en cas de déménagement avec preuve à l'appui ou sur présentation d'un certificat médical.

Un montant de 15 \$ de frais d'administration non remboursable est inclus dans le coût d'inscription.

Pour plus de renseignements, communiquez avec la Direction du loisir, de la culture et de la vie communautaire au 450 645-2940.

Suite à la page suivante >

CAMP CUISTOT > Maternelle à 1^{re} secondaire

Votre enfant approfondira ses connaissances culinaires et mettra ses talents en évidence! Il touchera à tout ce qui a trait au monde fascinant des chefs cuisiniers et pourra déguster ses délicieux petits plats avec ses amis! Mercredi, sortie prévue au Zoo de Granby.

Inscription pour la semaine (du lundi au vendredi)

125 \$ AVANT ou à la date limite du 10 décembre

135 \$ APRÈS le 10 décembre

CODE : CJ-CUISTOT-10

NOUVEAUTÉ - Inscription pour une journée

30 \$

Lundi 2 mars	CJ-CUISTOT-11
Mardi 3 mars	CJ-CUISTOT-12
Mercredi 4 mars (sortie)	CJ-SORTIE-13
Jeudi 5 mars	CJ-CUISTOT-14
Vendredi 6 mars	CJ-CUISTOT-15

CAMP DONJONS ET DRAGONS > 3^e année à 1^{re} secondaire

Votre enfant est un adepte du jeu ou souhaite le découvrir? Ce camp lui permettra d'en explorer tous les rudiments. Jeux « grandeur nature », jeux sur table et activités sur la thématique médiévale fantastique sont au programme. Mercredi, sortie prévue au Zoo de Granby.

Inscription pour la semaine (du lundi au vendredi)

125 \$ AVANT ou à la date limite du 10 décembre

135 \$ APRÈS le 10 décembre

CODE : CJ-DONJON-10

NOUVEAUTÉ - Inscription pour une journée

30 \$

Lundi 2 mars	CJ-DONJON-11
Mardi 3 mars	CJ-DONJON-12
Mercredi 4 mars (sortie)	CJ-SORTIE-13
Jeudi 5 mars	CJ-DONJON-14
Vendredi 6 mars	CJ-DONJON-15

CAMP MULTI-SPORTS > Maternelle à 1^{re} secondaire

Votre enfant pratiquera en équipe ses sports favoris comme le basketball, le kickball ou le soccer. Il participera à divers jeux sportifs et coopératifs. Mercredi, sortie prévue au Zoo de Granby.

Inscription pour la semaine (du lundi au vendredi)

125 \$ AVANT ou à la date limite du 10 décembre

135 \$ APRÈS le 10 décembre

CODE : CJ-SPORT-10

NOUVEAUTÉ - Inscription pour une journée

30 \$

Lundi 2 mars	CJ-SPORT-11
Mardi 3 mars	CJ-SPORT-12
Mercredi 4 mars (sortie)	CJ-SORTIE-13
Jeudi 5 mars	CJ-SPORT-14
Vendredi 6 mars	CJ-SPORT-15

CAMP D'ARTS PLASTIQUES > Maternelle à 2^e année

Votre enfant y apprendra des techniques d'art en manipulant différents matériaux. Il créera de superbes projets et mettra à profit ses talents artistiques. Mercredi, sortie prévue au Zoo de Granby.

Inscription pour la semaine (du lundi au vendredi)

125 \$ AVANT ou à la date limite du 10 décembre

135 \$ APRÈS le 10 décembre

CODE : CJ-ARTSPL-10

NOUVEAUTÉ - Inscription pour une journée

30 \$

Lundi 2 mars	CJ-ARTSPL-11
Mardi 3 mars	CJ-ARTSPL-12
Mercredi 4 mars (sortie)	CJ-SORTIE-13
Jeudi 5 mars	CJ-ARTSPL-14
Vendredi 6 mars	CJ-ARTSPL-15

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT CAMPS DE JOUR ÉTÉ 2015

L'équipe des camps de jour de la Ville de Saint-Bruno offre un programme d'accompagnement aux enfants vivant avec une déficience motrice, auditive, visuelle ou intellectuelle afin de favoriser leur intégration aux activités des camps de jour, tout en bénéficiant du suivi particulier que nécessite leur condition.

INSCRIPTION : Pour inscrire votre enfant à ce programme, vous devez faire parvenir le formulaire de renseignements à la Ville **avant le 31 janvier 2015**. Après cette date, la Ville ne peut vous garantir une place pour votre enfant aux camps. Le formulaire est disponible à l'adresse stbruno.ca.

IMPORTANT : En mars, vous devrez également faire parvenir à la Ville le formulaire des camps de jour, soit les choix de camps de votre enfant.

Faites parvenir le formulaire complété à :

Direction du loisir, de la culture et de la vie communautaire
1585, rue Montarville
Saint-Bruno-de-Montarville (Québec) J3V 3T8
Pour plus d'informations, consultez le stbruno.ca.



ORGANISMES COMMUNAUTAIRES


**APPARS - ASSOCIATION DES ARTISTES
PEINTRES AFFILIÉS DE LA RIVE-SUD**

L'AAPARS regroupe des artistes peintres afin de faciliter leur développement artistique et promouvoir leur art auprès de la population.

RENSEIGNEMENTS : aapars.com ou communications@aapars.com

EXPOSITION PRINTEMPS 2015

14 et 15 mars

Expo Galerie

Consultez notre site aapars.com pour plus d'information.

EXPOSÉS TECHNIQUES PAR DES ARTISTES PROFESSIONNELS

Activités « à la carte » accessibles au grand public. Un artiste partage généreusement ses connaissances et fait la démonstration de sa technique. L'inscription à la soirée et le paiement des frais se font à l'accueil, entre 18 h 45 et 19 h.

Centre Marcel-Dulude

De 19 h à 22 h

Lundis 1^{er} décembre, 12 janvier, 2 février, 9 mars, 13 avril, 4 mai et 1^{er} juin

Membre : 5 \$ | Non-membre : 15 \$

AUTAM SAINT-BRUNO - UNIVERSITÉ DU TROISIÈME ÂGE

Les programmes de formation continue des personnes âgées sont offerts par la Faculté d'éducation de l'Université de Sherbrooke.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION : le mardi 13 janvier, de 13 h 30 à 15 h, à la salle Lucien-Foucreault de la bibliothèque (Jocelyne St-Pierre, 450 441-0930)

La foudroyante avancée des connaissances scientifiques au XX^e siècle

Salle 104, centre communautaire

Lundi, de 13 h 30 à 16 h

Du 16 février au 13 avril

80 \$

Conférences du mardi : sujets divers

Église Saint-Bruno

Mardi, de 13 h 30 à 15 h 30

Du 27 janvier au 31 mars

80 \$

Un siècle d'excellence : l'art lyrique au Canada 1900-2000

Salle 127, centre communautaire

Mercredi, de 13 h 30 à 16 h

Du 28 janvier au 25 mars

80 \$

L'Amérique latine et le monde

Salle Lucien-Foucreault, bibliothèque

Jeudi, de 9 h 30 à 12 h

Du 29 janvier au 26 mars

80 \$

Les jardins vus par les peintres

Salle 127, centre communautaire

Mardi, de 13 h 30 à 16 h

Du 7 au 28 avril

Coût à préciser

Panorama de la littérature des femmes : regards sur la famille

Salle 127, centre communautaire

Mercredi, de 13 h 30 à 16 h

Du 6 au 27 mai

Coût à préciser

Groupe de lecture

Salle 127, centre communautaire

Mercredi, de 10 h à 12 h 30

Les 4 février, 11 mars, 1^{er} avril et 6 mai

Coût à préciser

Conférences au Manoir Saint-Bruno : sujets divers

Manoir Saint-Bruno

Mardi, de 9 h 30 à 11 h 30

Les 17 février et 17 mars

Coût à préciser


**C.A.M.E. - CENTRE D'ANIMATION
MÈRE-ENFANT DE SAINT-BRUNO**

■ BIENVENUE AUX PAPAS ■

Regroupement de parents d'enfants de tous âges qui se soutiennent dans leur choix d'être parents à la maison à court ou à long terme.

RENSEIGNEMENTS : Josée Rhoades (514 445-5173)
info.camestbruno@gmail.com, camestbruno.com

CAFÉS-RENCONTRES

Pendant les conférences et ateliers, vos petits bouts d'choux s'amuse à la halte-garderie.

Centre communautaire

De 9 h à 11 h

Mardi et jeudi matin, de septembre à juin

SERVICE DE HALTE-GARDERIE > 6 mois à 5 ans

Parents membres

Ce service est offert à tous les parents d'enfants âgés de 6 mois à 5 ans et résidents de Saint-Bruno-de-Montarville.

6 à 18 mois

Centre communautaire

De 9 h à 12 h

1 mercredi sur 2

18 mois à 5 ans

Centre communautaire

De 9 h à 13 h

Mercredi et/ou vendredi

INSCRIPTION : centre communautaire (450 441-8399)

Pour les non-membres (résidents) :

15 \$ par jour pour le 1^{er} enfant | **12 \$** pour le 2^e enfant et plus

Suite à la page suivante >

**BAZAR**

Vente d'articles usagés pour bébés et enfants.

Centre Marcel-Dulude

Samedi 9 mai

RENSEIGNEMENTS : 514 445-5173

bazarcame@hotmail.com | camestbruno.com


**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
LES P'TITS BONHEURS**

1665, rue Montarville
Saint-Bruno (Québec) J3V 3T8
450 441-0807 - cabstbruno.org

Accompagnement - Transport médical

Accompagnement de personnes éligibles à leurs rendez-vous médicaux.

Cafés-causeries NOUVEAUTÉ

Petits-déjeuners, avec conférences et débats, ouverts à tous.
Tous les derniers vendredis de chaque mois, de 9 h à 11 h, jusqu'à juin
(sauf exception). Inscription requise aux P'tits bonheurs.

Clinique d'impôts

Production de déclarations d'impôts pour personnes à faibles revenus.

Comptoir alimentaire La Ruche

Service de dépannage alimentaire pour les personnes vivant une situation difficile.

Dîners communautaires

Occasion pour les aînés de rencontrer de nouvelles personnes tout en se divertissant et en dégustant un bon repas.

Friperie

Vêtements pour toute la famille et petits articles à bas prix; les dons de vêtements sont acceptés du lundi au vendredi, de 9 h à 16 h, et jeudi, jusqu'à 19 h; spéciaux annoncés sur notre site.

Popote-roulante

Livraison de repas chauds à domicile tous les lundis, mercredis et jeudis pour les personnes en perte d'autonomie ou en convalescence et pour les nouvelles mamans en quête de répit. Liste d'attente.

Premiers Pas Vallée-des-Patriotes

Répit pour famille avec un enfant entre 0 à 5 ans : partage de l'expérience parentale.

Programme PAIR

Service personnalisé d'appels automatisés qui joint les aînés pour s'assurer de leur bon état de santé.

Visites d'amitié

Pour les aînés qui désirent briser l'isolement; recevez une visite amicale pour jaser, marcher ou sortir.

Intéressé(e) par le bénévolat? Contactez-nous!

**CERCLE DE FERMIERES**

Le Cercle de Fermières est un organisme à but non lucratif et apolitique regroupant des femmes et des jeunes filles sans distinction de condition sociale. L'association se voue à l'amélioration des conditions de vie de la femme et de la famille, ainsi qu'à la transmission du patrimoine culturel et artisanal.

Église St. Augustine (105, rue de Cherbourg)

2^e mercredi de chaque mois, de 19 h 30 à 22 h

De septembre à juin

30 \$ par année

RENSEIGNEMENTS : Johanne Giguère, présidente (450 441-5183)

johanne612@hotmail.com, cfqstbruno.org,

facebook.com/cercledefermieres.stbruno

CLUB DE BRIDGE AMICAL

Vous voulez jouer au bridge tout en vous amusant? Joignez-vous vite à nos 110 membres!

Salle 127, centre communautaire

Lundi et jeudi, de 13 h à 16 h

Toute l'année

Carte de membre : **10 \$**

Activités en salle : **4 \$** (non-membre : 5 \$)

RENSEIGNEMENTS : Pierre Lamarre, président (450 461-2728)

PARRAINAGE : Anne Knapen (450 441-1675)

www.3.sympatico.ca/pierrelamarre

CLUB DE SCRABBLE LES MOTS-CŒURS

On y joue au scrabble « duplicate » selon les règles prescrites par la Fédération québécoise des clubs de scrabble francophones (FQCSF).

Église St. Augustine (lundi)

Bibliothèque municipale (jeudi)

Lundi, de 19 h 30 à 22 h

Jeudi, de 13 h 30 à 15 h 30

Du 8 janvier au 18 juin

Deux premières visites gratuites

Membre : **3 \$** (4 \$ pour le 2^e lundi, partie homologuée)

Non-membre : 4 \$ (5 \$ pour le 2^e lundi, partie homologuée)

Carte de membre : **30 \$** pour un an (15 \$ pour les nouveaux membres de la Fédération)

RENSEIGNEMENTS : Jean-Max Noël, président (450 653-4190)



CLUB INFORMATIQUE MONT-BRUNO

Le club

- regroupe des personnes intéressées (autant des débutants que des connaisseurs) à partager leurs connaissances et à s'entraider en informatique;
- organise des présentations de septembre à avril, le mercredi soir et le vendredi après-midi, sur l'utilisation des ordinateurs et des logiciels populaires;
- forme des ateliers sur différents sujets;
- donne des cours de familiarisation à l'ordinateur et à Internet à la bibliothèque;
- offre à ses membres un service de dépannage par courriel et de coordination de dépannage à domicile.

Chalet Marie-Victorin

Mercredi, 19 h 30, et vendredi, 13 h 30

De septembre à avril

ABONNEMENT : de janvier à avril : **25 \$** (individuel) ou **35 \$** (couple)

INSCRIPTIONS : Danielle Bourque, cimbcc.org

RENSEIGNEMENTS : Raymonde Lemay (450 482-3993)

CLUB DE QIGONG YAN XIN DU MONT-BRUNO (QIGONG INTERNE) > 16 ans et +

Le Qigong Yan Xin (Yan Xin Qigong®) est une approche qui favorise la santé physique et mentale, les relations interpersonnelles, la gestion du stress et la qualité du sommeil. Convenant aux personnes de tout âge, il met l'accent sur la culture de la vertu (De) et d'un esprit scientifique. L'apprentissage en groupe se déroule sur 3 sessions, de septembre à juin. L'approfondissement de l'apprentissage se poursuit dans le cadre des activités du club. Notez que le Qigong Yan Xin fait référence à une pratique sans exercice physique. Il faut

- avoir déjà fait l'apprentissage du Qigong Yan Xin pendant au moins 3 mois (pas de session pour les débutants).

Gare

Mercredi, de 19 h 30 à 21 h 30

12 semaines, du 7 janvier au 25 mars

80 \$

INSCRIPTION : Lucie Authier (450 461-1332) ou Johanne Boisvert (514 998-2908), clubyxqmontbruno@gmail.com



Girl Guides
of Canada
Guides
du Canada

GIRL GUIDES OF CANADA GUIDES DU CANADA > 5 à 17 ans

Offre une animation hebdomadaire aux filles de 5 à 17 ans dans un milieu sécuritaire où elles peuvent vivre de nouvelles aventures, sous la supervision d'adultes. On y encourage les filles à avoir de l'assurance, de l'initiative, du courage et à améliorer le monde dans lequel elles vivent. Il est possible de devenir cheftaine, une occasion de bénévolat passionnante pour les femmes de tout âge.

Regroupement selon les âges

Au cours de l'année scolaire

125 \$ pour l'inscription provinciale

RENSEIGNEMENTS : GGC Québec, bureau chef (514 933-5839) ou Annie Girard (514 838-4264)

HARMONIE MONT-BRUNO

Répétition d'un orchestre constitué d'instruments à vent et percussions. Le répertoire comprend des œuvres de musique classique, de films, de musique d'harmonie et de pop, selon la programmation. Deux concerts en salle par année et des concerts d'été dans les villes de la région sont au programme.

L'Harmonie prépare son grand concert du 40^e anniversaire qui aura lieu le samedi 30 mai 2015, au Centre Marcel-Dulude, à 20 h.

Amphithéâtre D-139, école secondaire du Mont-Bruno

Mardi, de 19 h 45 à 22 h

De septembre à juillet (relâche de trois semaines)

Fin décembre-début janvier et août

Adulte : **120 \$** (année);

Étudiant à plein temps : **100 \$** (année)

RENSEIGNEMENTS : Raymond Bédard (450 653-2487)
harmoniemontbruno.ca

JARDIN D'ENFANTS TRINITY > 3 à 5 ans

Propose un programme éducatif, ludique et divertissant d'immersion en anglais. Offre un milieu qui favorise le développement de l'enfant par le biais de la musique, l'éducation physique, les sciences, les arts plastiques et la cuisine. L'école est une coopérative entièrement gérée par les parents. Certaines places sans implication parentale sont aussi disponibles pour des tarifs un peu plus élevés mais toujours compétitifs.

Jardin d'enfants Trinity (25, rue Lakeview, Saint-Bruno)

Du lundi au vendredi, de 8 h 15 à 11 h 30

De septembre à juin

145 \$/mois pour 2 jours/semaine

165 \$/mois pour 3 jours/semaine

185 \$/mois pour 4 jours/semaine

205 \$/mois pour 5 jours/semaine

RENSEIGNEMENTS : Kathleen Henry (450 441-7028) (boîte vocale) ou registrar@trinitynurseryschool.ca, trinitynurseryschool.ca

Les inscriptions sont présentement en cours pour les enfants de 3 à 5 ans! Veuillez communiquer avec nous pour les détails.

REFLETS DE FEMME

Reflets de femme invite toutes les femmes à venir fraterniser, échanger, assister à des conférences sur des sujets variés et participer à des sorties des plus enrichissantes.

Salle 127, centre communautaire

Lundi, de 9 h 30 à 11 h 30

Voici quelques-unes de nos activités pour l'hiver 2015 :

19 janvier : *Le mont Saint-Michel*, Monique Poulin, spécialiste en histoire de l'art

16 février : *Découvrez le sifflement musical, vous n'en croirez pas vos oreilles*, Tanguay Desgagné, ingénieur et siffleur

30 mars : *La cuisine de nos aïeux*, Ginette Charbonneau, auteure

23 avril (jeudi) : Visite de la Maison symphonique de Montréal et concert

De janvier à mai

Carte de membre : **20 \$** | Activités en salle : **5 \$** (non-membre : 8 \$)

RENSEIGNEMENTS : Esther Martin (450 653-0166)

26^E GROUPE SCOUT DE SAINT-BRUNO

> un parcours de 7 à 17 ans

Le scoutisme est un mouvement d'éducation par le jeu qui priorise l'esprit d'équipe, la découverte de la nature, l'autonomie et le leadership. C'est un parcours dont la pédagogie est adaptée à chaque âge.



HIRONDELLES (filles)

et CASTORS (garçons) > 7 et 8 ans; 2^e et 3^e année

L'Hirondelle ou le Castor fait un effort pour jouer avec et comme les autres, être amical(e) et enjoué(e).

École Albert-Schweitzer

Jeudi, de 19 h à 20 h 15

Du 8 janvier au 4 juin

30 \$/mois

CAMPS INCLUS : camps d'hiver et d'été (2 nuits chacun)

INSCRIPTION : animateurs-castors-hirondelles@scouts-st-bruno.ca

EXPLORATRICES (filles) > 9 à 11 ans; 4^e à 6^e année

L'Exploratrice fait de son mieux et accomplit une bonne action tous les jours.

École Mgr-Gilles-Gervais

Vendredi, de 19 h à 21 h

Du 9 janvier au 5 juin

37 \$/mois

CAMPS INCLUS : camps d'hiver (2 nuits) et d'été (5 nuits)

INSCRIPTION : animateurs-exploratrices@scouts-st-bruno.ca

LOUVETEAUX (garçons) > 9 à 11 ans; 4^e à 6^e année

Le Louveteau fait de son mieux et fait plaisir à quelqu'un tous les jours.

École Albert-Schweitzer

Vendredi, de 18 h 45 à 21 h

Du 9 janvier au 12 juin

300 \$

CAMPS INCLUS : camps d'hiver (2 nuits) et d'été (6 nuits)

INSCRIPTION : animateurs-louveteaux@scouts-st-bruno.ca

ÉCLAIREURS (mixte) > 12 à 15 ans

Consultez Éclaireurs + sur scouts-st-bruno.ca pour les détails.

École Courtland Park

Vendredi, de 19 h à 21 h

Du 9 janvier au 29 mai

500 \$

CAMPS INCLUS : camps d'hiver (1 nuit) et d'été (5 nuits)

INSCRIPTION : animateurs-accompagnement@scouts-st-bruno.ca

PIONNIERS (mixte) > 15 à 17 ans

Le Pionnier cherche à atteindre ses sommets.

Endroit à déterminer

Vendredi, de 19 h à 21 h

Du 9 janvier au 5 juin

20 \$/mois

CAMPS INCLUS : camps de printemps et d'été

INSCRIPTION : animateurs-pionniers@scouts-st-bruno.ca

> NOTE

Un reçu d'impôt est établi pour la totalité ou une partie des frais, en fonction des critères remplis par chaque unité.



SOCIÉTÉ D'HISTOIRE DE MONTARVILLE

Fondée en 1981, la Société d'histoire de Montarville a pour mandat de recueillir, conserver et diffuser l'histoire de Saint-Bruno-de-Montarville. Par ses recherches, ses publications et ses conférences, elle veut faire découvrir et apprécier le patrimoine montarvillois.

Salle 127, centre communautaire

3 février : *Nos ancêtres et les risques* par Paul-Henri Hudon

3 mars : *Une histoire de la radio, de la technologie des ondes et de leurs nombreuses applications* par Jacques Hamel

7 avril : *Les bâtisseurs de la poudrière de McMasterville* par Roger Cloutier

5 mai : *La famille Potvin, la télévision et la câblodistribution à Saint-Bruno* par Jean-Pierre Potvin

Conférence : **gratuit** pour les membres (5 \$ non-membre)

Carte de membre annuelle : **20 \$** par personne ou **30 \$** par couple ou famille

RENSEIGNEMENTS : Bernard Guilbert, président (450 653-3194)

shmontarville.org

TENNIS

Pour connaître les objectifs globaux des niveaux du système d'enseignement du tennis (S.E.T.) ou votre niveau à l'aide de notre échelle d'auto-évaluation, veuillez consulter le stbruno.ca, section Loisir, culture et vie communautaire / Activités et inscription / Inscription aux activités.

Cours pour enfants

TENNIS > 3 à 16 ans**Gymnase, école Mgr-Gilles-Gervais**

10 semaines, du 10 janvier au 29 mars
Relâche les 28 février, 1^{er}, 7 et 8 mars

106 \$ (non-résident : 133 \$) - Petit Tennis, Bond, Prélude, Avantage, Challenge Élite 1 et Élite 2

127 \$ (non-résident : 159 \$) - Préparation à la compétition

SPÉCIALISTE : Académie de tennis Bernard Dagenais (514 268-1907)

> NOTE

Aucun changement ou remise de cours ne seront effectués suite à une absence de l'élève.

Petit Tennis (3-4 ans)

Dimanche, de 16 h à 16 h 50

TEN-E-PETI-71

Bond (5-6 ans)

Samedi, de 10 h à 11 h
Dimanche, de 15 h à 16 h

TEN-E-B0-61
TEN-E-B0-71

Prélude (7-8 ans)

Samedi, de 13 h à 14 h
Dimanche, de 14 h à 15 h

TEN-E-PRE-61
TEN-E-PRE-71

Avantage (9-10 ans)

Samedi, de 11 h à 12 h
Dimanche, de 9 h à 10 h

TEN-E-AV-61
TEN-E-AV-71

Challenge (11-12 ans)

Samedi, de 14 h à 15 h
Dimanche, de 10 h à 11 h

TEN-E-CH-61
TEN-E-CH-71

Élite 1 (13-14 ans)

Samedi, de 15 h à 16 h

TEN-E-EL1-61

Élite 2 (15-16 ans)

Dimanche, de 13 h à 14 h

TEN-E-EL2-71

Préparation à la compétition (9 ans et +)

Samedi, de 16 h à 17 h
Dimanche, de 11 h à 12 h

TEN-E-PREC-61
TEN-E-PREC-71

LIGUE DE MINI-TENNIS**PARENTS-ENFANTS** > 6 à 9 ans

Cette ligue permet aux jeunes et à leurs parents de jouer au tennis à l'intérieur et de s'amuser. Des parties de mini-tennis et des jeux seront organisés.

Gymnase, école Mgr-Gilles-Gervais

Samedi, de 9 h à 10 h

10 semaines, du 10 janvier au 28 mars (relâche les 28 février et 7 mars)

99 \$ (non-résident : 124 \$)

CODE : LIGUE-MT-61

TOURNOI POUR ENFANTS > 3 à 16 ans**Inclus dans les niveaux Prélude à Élite 2**

Le tournoi est présenté au dernier cours. Il permet aux nouveaux joueurs de développer leurs habiletés et leur esprit sportif en se mesurant à divers adversaires. Chaque joueur recevra un ensemble-cadeau.

1½ à 2 heures lors du dernier cours de la session

INSCRIPTION : Pour les élèves de précompétition, avec leur niveau respectif (selon leur âge), et pour ceux qui ne suivent pas de cours, directement auprès de l'Académie de tennis Bernard Dagenais, au 514 268-1907 (15 \$).

Cours pour adultes

TENNIS > 16 ans et +**Niveaux 1.5 à 2.0 Débutant 2****Gymnase, école Albert-Schweitzer**

Mardi, de 20 h 30 à 22 h

10 semaines, du 13 janvier au 24 mars (relâche le 3 mars)

158 \$ (non-résident : 198 \$)

CODE : T-DEB-A-21



vie culturelle



BIBLIOTHÈQUE



CENTRE MARCEL-DULUDE



CENTRE D'EXPOSITION DU VIEUX PRESBYTÈRE



BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE DE SAINT-BRUNO-DE-MONTARVILLE

82, boulevard Seigneurial Ouest
Saint-Bruno-de-Montarville (Québec) J3V 5N7

450 645-2950

stbruno.ca/bibliotheque-informations
bibliotheque@stbruno.ca

Horaires réguliers

Lundi	de 10 h à 21 h
Mardi	de 10 h à 21 h
Mercredi	de 10 h à 21 h
Jeudi	de 10 h à 21 h
Vendredi	de 10 h à 21 h
Samedi	de 10 h à 17 h
Dimanche	de 10 h à 17 h

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

Les activités organisées par la bibliothèque sont gratuites et offertes aux membres seulement. Les inscriptions débutent trois semaines avant la date de l'activité. La priorité est accordée aux résidents de Saint-Bruno-de-Montarville. On peut s'inscrire en composant le 450 645-2950 ou en se présentant au comptoir du prêt. Le catalogue de la bibliothèque est disponible sur Internet. Vous pouvez consulter votre dossier, renouveler vos prêts, réserver vos livres et accéder à plusieurs ressources d'information! Consultez le biblio.stbruno.ca.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Des services en ligne sont disponibles à partir du catalogue de la bibliothèque, que vous soyez sur place ou à la maison. Avec votre mot de passe, accédez à l'Encyclopédie Universalis, à l'index des périodiques Repère ou encore à Tap'Touche, un logiciel d'apprentissage du clavier d'ordinateur.



À la bibliothèque, vous pouvez naviguer sur Internet avec votre portable. Partout dans la bibliothèque, vous pouvez accéder à notre zone sans-fil grâce au service de ZAP-Montérégie sans-fil. L'abonnement est gratuit; en un clic, naviguez sur la toile!

LES DEMI-HEURES DU CONTE

Les inscriptions pour la demi-heure du conte se tiendront du 8 au 15 janvier. L'activité débutera le lundi 19 janvier, à 10 h, et aura lieu une fois par mois. Cette activité est gratuite et réservée aux tout-petits âgés de 18 à 36 mois. L'inscription est requise.



INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :

Marjolaine Saindon (450 645-2950, poste 2852)

L'HEURE DU CONTE DES TOUT-PETITS

Les inscriptions pour l'heure du conte se tiendront du 8 au 15 janvier. L'activité débutera le vendredi 16 janvier, à 9 h 30. Cette activité est gratuite et réservée aux enfants de 3 à 5 ans. L'inscription est requise.

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :

Marjolaine Saindon (450 645-2950, poste 2852)

UNE NAISSANCE, UN LIVRE...

La bibliothèque municipale de Saint-Bruno-de-Montarville offre le projet d'éveil à la lecture *Une naissance, un livre*. Ce programme a pour but de donner le goût de la lecture aux tout-petits, en leur offrant un livre dès leur naissance. Inscrivez votre bébé à la bibliothèque et obtenez l'ensemble cadeau du bébé-lecteur!



Tous les enfants âgés d'un an et moins sont admissibles au programme *Une naissance, un livre*. Une preuve de résidence des parents ainsi que de la date de naissance de l'enfant doivent être présentées. Informez-vous lors de votre prochaine visite.

Activités pour les adultes

ATELIERS

**UN CV EFFICACE
POUR UNE ENTREVUE
PERFORMANTE**

Jeudi 26 février,
de 13 h 30 à 15 h 30,
et mercredi 6 mai, de 19 h à 21 h

CONFÉRENCIÈRE : Karine Shink

Vous êtes à la recherche de l'emploi qui correspond à vos besoins et à vos aspirations?

Karine Shink, conseillère en gestion de carrière chez Tandem emploi, propose de vous guider dans la rédaction de votre CV, en plus de vous donner des astuces pour bien performer en entrevue.

**BIEN SE CONNAÎTRE POUR TROUVER L'EMPLOI IDÉAL**

Jeudi 29 janvier, de 13 h 30 à 15 h 30, et mercredi 25 mars, de 19 h à 21 h

Est-ce que l'emploi idéal existe?

Karine Shink, conseillère en gestion de carrière chez Tandem emploi, vous parlera des types de personnalité et des facteurs à prendre en considération pour une recherche d'emploi gagnante.

CONFÉRENCES

POUR ALLER MIEUX À DEUX

Mercredi 4 février, à 19 h 30

CONFÉRENCIER :

François St-Père, Ph. D.,
psychologue et médiateur familial

Des suggestions simples mais efficaces seront offertes aux couples dans le but de mieux les outiller pour résoudre leurs conflits et en arriver à une relation plus harmonieuse et satisfaisante.

Conférence présentée en partenariat avec le Centre d'Animation Mère-Enfant (C.A.M.E.).

**UNE HISTOIRE DE LA RADIO, DE LA TECHNOLOGIE DES ONDES
ET DE LEURS NOMBREUSES APPLICATIONS**

Mardi 3 mars, à 19 h 30

CONFÉRENCIER : Jacques Hamel

Un bref survol des débuts de la radio et des hommes qui ont travaillé à son émergence vous sera présenté. On y parlera également des principaux enjeux et manœuvres utilisées par les gouvernements pour exploiter le phénomène, comme la propagande. Enfin, les nombreux avantages de la radio et de ses dérivés seront abordés, telles l'instantanéité et la grandeur du territoire couvert.

Cette conférence, offerte en collaboration avec la Société d'histoire de Montarville, sera présentée au centre communautaire.

**LES 101 CONSEILS DE BOB BOUCHARD**

Mercredi 13 mai, à 19 h 30

CONFÉRENCIER : Bob Bouchard

Bob Bouchard trace un parallèle entre notre vie de tous les jours et notre jeu au golf.

Dans les deux cas, une bonne préparation physique et mentale sont nécessaires, en plus de la concentration, de la visualisation, du contrôle de nos émotions et de notre stress, et de la connaissance de nos possibilités personnelles. Il partagera aussi quelques secrets avec vous, peu importe votre calibre.

SPECTACLE

CABARET LANGUES PENDUES

Dimanche 26 avril, à 13 h 30

Quand de jeunes auteurs à la langue bien pendue jouent de vive voix avec des textes littéraires, il en résulte pour le public de nombreux moments de grâce, des émotions à fleur de peau et une expérience marquée au sceau de l'intensité.

Dans le cadre de la Journée mondiale du livre et du droit d'auteur, les Productions langues pendues (languespendues.com) proposent une célébration autant ludique qu'inusitée. Départ de la bibliothèque.



Activités pour les enfants

SPECTACLES

MONSIEUR SMYTHE CÉLÈBRE LA FÊTE DE LA SAINT-VALENTIN!

Samedi 14 février, à 13 h 30

Ce clown mini-bruiteur vous en fera voir de toutes les couleurs. Le cœur battant, ses six chapeaux de fête et son ukéléle marqueront votre Saint-Valentin.

50 enfants de 3 à 8 ans

40 min

**MOUSQUETAIRE LE HÉROS DE L'ÉRABLIÈRE**

Samedi 14 mars, à 13 h 30

Le temps des sucres arrive et aucun arbre n'est entaillé! Mousquetaire l'écureuil, étourdi mais courageux, décide de prendre en main la production de l'eau d'érable...

Pousse-Verte la fleur et Bizza-Belle lui donneront de bons conseils, mais arrivera-t-il à produire du sirop?

50 enfants de 3 à 8 ans

40 min

**LE JARDIN DE L'OEUF DORÉ**

Samedi 4 avril, à 13 h 30

Avec l'arrivée du printemps s'éveille le jardin de l'oeuf enchanté! Cric-Crac la girafe a le devoir de trouver l'oeuf doré de Jeannot lapin et de le lui ramener.

Comme elle vient de la jungle, elle aura besoin de l'aide des enfants pour découvrir la nature du Québec!

50 enfants de 3 à 8 ans

45 min



HEURE DU CONTE THÉMATIQUE

L'HEURE DU CONTE DE LA SAINT-VALENTIN

Samedi 7 février, à 10 h 30

Dimanche 8 février, à 10 h 30

(en anglais)

Mercredi 11 février, à 19 h

(en pyjama!)

Une heure du conte spéciale pour la fête des amoureux! Comptines, histoires et bricolage.

20 enfants de 3 à 5 ans

60 min

**L'HEURE DU CONTE DE PÂQUES**

Samedi 28 mars, à 10 h 30

Dimanche 29 mars, à 10 h 30

(en anglais)

Mercredi 1^{er} avril, à 19 h

(en pyjama!)

Une heure du conte spéciale pour la fête de Pâques! Comptines, histoires et bricolage.

20 enfants de 3 à 5 ans

60 min

**INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :**

En français : Marjolaine Saindon (450 645-2950, poste 2852)

En anglais : Tina Phillips (450 461-2924) et Barbara Fortin (450 461-3411)

CENTRE MARCEL-DULUDE

Programmation

HIVER 2014 - 2015

La Ville de Saint-Bruno-de-Montarville et les Productions du Seize s'associent avec bonheur pour vous présenter les spectacles de la série *Rendez-vous avec...* et *Soirée EBM*.

La vente de billets de la programmation 2014-2015 est déjà commencée; il est donc préférable de confirmer avec nous les spectacles où il reste des sièges disponibles. Vous pouvez consulter notre programmation complète sur les sites stbruno.ca ou productions16.com.

CENTRE MARCEL-DULUDE

530, boulevard Clairevue Ouest, Saint-Bruno-de-Montarville
450 441-8496

PRIVILÈGES

Les personnes qui achèteront des billets à la programmation 2014-2015 auront la possibilité de profiter de la prévente pour la programmation 2015-2016 et de choisir leurs sièges en priorité. Certaines restrictions peuvent s'appliquer.

> NOTE

La programmation est sujette à changement sans préavis. Le stationnement est gratuit.

BILLETTERIE

- **En ligne :**
Profitez de notre site sécuritaire productions16.com (frais de manutention en sus).
- **Par téléphone :**
450 461-6290 (frais de manutention en sus)
- **Au Centre Marcel-Dulude :**
Les mardis, de 16 h à 20 h, ou en tout temps lorsque le Centre est ouvert pour d'autres activités. Le Centre est fermé les jours fériés.
- **Chèques-cadeaux disponibles**

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

- Les modes de paiement suivants sont acceptés : ARGENT, CARTE DE DÉBIT OU CARTES DE CRÉDIT.
- Les billets ne sont ni remboursables ni échangeables, à moins d'annulation par le Centre Marcel-Dulude.
- Tous les prix indiqués incluent TPS, TVQ ainsi que les frais de service. Aucuns frais de service ne sont applicables pour les spectacles *Jeune Public*.
- Tous les spectacles débutent à l'heure prévue. Les retardataires seront admis dans la salle à un moment jugé propice.
- **Spectacles *Jeune Public* :** Par respect pour l'auditoire et les artistes et en raison de la courte durée de ces spectacles, les retardataires pourraient se voir refuser l'accès à la salle. Veuillez tenir compte de l'âge indiqué aux spectacles *Jeune Public*; c'est une exigence des artistes.

JOUR	DATE	HEURE	SPECTACLE	SÉRIE	CATÉGORIE	PRIX*
Samedi	6 décembre	20 h	Yves Lambert Trio	<i>Rendez-vous avec...</i>	musique	28 \$
Dimanche	14 décembre	13 h 30	<i>Le Théâtre magique de Noël</i>	<i>Jeune Public</i> 4 à 9 ans	théâtre	10 \$
Dimanche	18 janvier	13 h 30	<i>Les Routes ignorées</i>	<i>Jeune Public</i> 5 à 11 ans, famille	marionnettes et ombres	10 \$
Samedi	24 janvier	20 h	Valérie Carpentier	<i>Rendez-vous avec...</i>	musique	36 \$
Samedi	7 février	20 h	Adib Alkhalidey	<i>Rendez-vous avec...</i>	humour	36 \$
Dimanche	15 février	13 h 30	<i>L'histoire de Babar</i>	<i>Jeune Public</i> 3 à 9 ans	musique, conte et théâtre	10 \$
Vendredi	20 février	20 h	Philippe Laprise	<i>Rendez-vous avec...</i>	humour	37 \$
Samedi	21 février	20 h	Jean-François Mercier	<i>Soirée EBM</i>	humour	44 \$
Mercredi	4 mars : spécial congé scolaire	13 h 30	<i>Petite fête chez Barbe Bleue</i>	<i>Jeune Public</i> 6 à 12 ans, famille	théâtre	10 \$
Samedi	7 mars	20 h	P-A Méthot	<i>Rendez-vous avec...</i>	humour	42 \$
Samedi	21 mars	20 h	Florence K	<i>Rendez-vous avec...</i>	musique	38 \$
Samedi	11 avril	20 h	Ariane Moffatt	<i>Rendez-vous avec...</i>	musique	36 \$
Samedi	18 avril	20 h	François Bellefeuille	<i>Soirée EBM</i>	humour	43 \$

*Sièges réservés pour tous les spectacles

CENTRE D'EXPOSITION DU VIEUX PRESBYTÈRE

15, rue des Peupliers, Saint-Bruno-de-Montarville
Ouvert du mercredi au dimanche, de 13 h à 16 h 30

RENSEIGNEMENTS : 450 441-8331



Exposition d'hiver

DU 25 JANVIER AU 8 MARS 2015
Vernissage le dimanche 25 janvier, à 14 h

L'ATELIER ALAIN PIROIR S'EXPOSE

Alain Piroir pratique depuis quarante ans, en France et à Montréal, le métier de maître imprimeur dans la tradition européenne.

Il a collaboré avec de nombreux artistes de renommée internationale tels que Jean-Paul Riopelle, Max Ernst, Francis Bacon, Roberto Sébastien Matta et Man Ray.

Désireux de partager sa passion pour la gravure et ses connaissances du métier, Alain Piroir, en compagnie de sa fille Agathe, propose une trentaine de gravures d'artistes d'ici et d'Europe et des livres d'artistes qui nous feront découvrir la gravure sous toutes ses coutures.

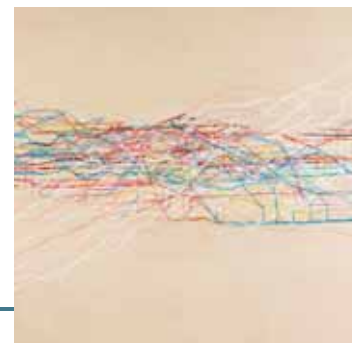


Francis Bacon, *Sans-titre*, 1976

ANTONIETTA GRASSI

« Ma plus récente production opère à la jonction de l'abstraction et de la représentation.

Les œuvres sont issues de mes recherches sur le déséquilibre des structures architecturales et sont des métaphores d'états psychologiques fragiles. »



Antonietta Grassi, *No Direction Home*

PROPOSEZ UN CANDIDAT À L'ORDRE DU MÉRITE

Nous vous invitons à proposer des candidats à la 35^e remise de l'Ordre du Mérite, afin de souligner la contribution des citoyens à la qualité de vie ou à la renommée de Saint-Bruno. Nous espérons que les mises en candidature seront nombreuses.

Mise en candidature

Il suffit de compléter un formulaire disponible au Vieux Presbytère ou sur le site de la Ville et de le faire parvenir à la Direction du loisir, de la culture et de la vie communautaire, avant le **27 février 2015**.

Choix des candidats

La sélection des candidats sera effectuée par un comité composé de citoyens, selon les critères suivants : altruisme, courage, bénévolat, philanthropie, continuité dans l'action, disponibilité et contribution à la renommée de la communauté. Tous les secteurs d'engagement seront considérés : économique, religieux, artistique, scientifique, socioculturel, sportif, humanitaire, etc.

Il est important de noter que le comité de sélection fonde son choix sur les données

versées au dossier et non sur sa connaissance du candidat. Les médailles d'or, les épingles d'argent et les certificats du mérite seront décernés aux récipiendaires lors de la Soirée de reconnaissance des bénévoles, le mardi 14 avril 2015, au Centre Marcel-Dulude.

La date limite pour remettre les candidatures est fixée au 27 février 2015.

RENSEIGNEMENTS : 450 441-8331

LISTE DES ADRESSES ET TÉLÉPHONES

Coordonnées

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX : 450 653-2443

DIRECTION DU LOISIR, DE LA CULTURE ET DE LA VIE COMMUNAUTAIRE

Programmation loisir et inscriptions	450 645-2940
Activités aquatiques	450 653-2443, poste 2861
Administration	450 653-2443, poste 2862
Activités culturelles et communautaires	450 441-8332
Contrôleur des équipements	450 441-8411
Location de salles	450 441-8399

Sports collectifs et réservation de locaux pour les écoles primaires et secondaire et l'aréna

Michael-Bilodeau	450 653-2443, poste 2864
Sports individuels, tennis	450 653-2443, poste 2828

COORDONNÉES DES SITES D'ACTIVITÉS

Académie des Sacrés-Cœurs

1575, rang des Vingt

Aréna Michael-Bilodeau

201, boul. Clairevue Est 450 441-8466 (soir)
Réservation (au moins 48 h à l'avance) au 450 653-2443, poste 2864

Bibliothèque municipale

82, boul. Seigneurial Ouest 450 645-2950
Réservation au 450 441-8399

Centre communautaire

53, ch. De La Rabastalière Est 450 441-8399

Centre d'exposition du Vieux Presbytère

15, rue des Peupliers 450 441-8331

Centre de formation du Richelieu

1430, rue Montarville

Centre Marcel-Dulude

530, boul. Clairevue Ouest 450 441-8496

Chalet Marie-Victorin

1150, rue Marie-Victorin *Réservation au 450 441-8399*

Chalet Roberval

1800, rue Roberval 450 441-8396

Collège Trinité

1475, rang des Vingt

École Albert-Schweitzer

1139, rue Cadieux

École Courtland Park

1075, rue Wolfe

École Mgr-Gilles-Gervais

1435, rue Châteauguay

École De Montarville

1725, rue Montarville

École Mount-Bruno

20, rue des Peupliers

École secondaire du Mont-Bruno

221, boul. Clairevue Est

Gare

1781, rue Benoit *Réservation au 450 441-8399*

Maison des Jeunes

1425, rue Goyer 450 441-1989

Piscine Roberval

1800, rue Roberval 450 441-8396

Tennis Bisaillon

1950, rue de La Corne 450 441-8418

Tennis Rabastalière

53, ch. De La Rabastalière Est 450 441-8399

**CONSULTEZ LE STBRUNO.CA
POUR MIEUX CONNAÎTRE TOUS LES ATTRAITS
DES PARCS DE LA VILLE!**



Installation accessible

Concert 40^e anniversaire

HARMONIE MONT-BRUNO

Samedi 30 mai 2015, 20 h
Centre Marcel-Dulude

Pour souligner de façon magistrale son 40^e anniversaire, l'orchestre à vent Harmonie Mont-Bruno vous convie à un concert exceptionnel sous la direction de son chef, M. Pierre Savoie.

Au programme, en première partie du concert : *An American in Paris*, de George Gershwin, ainsi que la fameuse *Rhapsody in Blue*, avec la pianiste Jeanne Amièle comme soliste invitée. En deuxième partie, des compositions originales pour orchestre à vent qui mettent en vedette toutes les sections de l'orchestre. À la fin du concert, l'Harmonie vous invitera dans le hall afin de partager un vin d'honneur avec les musiciens.

Venez entendre votre orchestre! Il fait partie de la vie culturelle montarvilleoise depuis 40 ans et a remporté le 1^{er} prix catégorie Sénior A au Festival des Harmonies du Québec, édition 2014!

ADULTE 20 \$ - ÉTUDIANT 15 \$

Billets en vente au Centre Marcel-Dulude et à la Quincaillerie Mandeville.

RENSEIGNEMENTS : Raymond Bédard, président, Harmonie Mont-Bruno
harmoniemontbruno.ca



Patinage libre *d'ambiance* au Lac du Village

GRATUIT

Dimanche 18 janvier, de 12 h à 16 h

Journée en famille

Mascottes, chocolat chaud, barbe à papa! Prêt de raquettes

Samedi 31 janvier, de 18 h à 21 h

Soirée Disco

Musique des années 70-80, chocolat chaud!

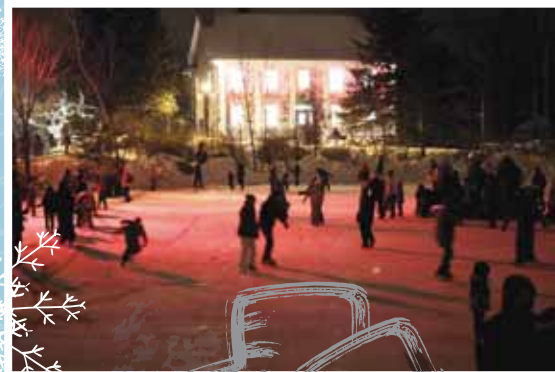
Samedi 14 février, de 18 h à 21 h

Soirée des valentins

Musique d'ambiance, chocolat chaud et sucreries!

Activités annulées en cas de mauvaise température

RENSEIGNEMENTS : Martine Lapointe, au 450 653-2443, poste 2878



Fête du Lac

7 et 8 février

Au Lac du Village
25^e édition

- Hot dogs
- Maquillage
- Tire sur neige
- Tours de poney
- Promenades en carriole
- Glissade sur tubes

- Structures gonflables
- Traîneaux à chiens
- Patinage
- Musique
- Feux d'artifice



Programmation complète à ne pas manquer sur le site de la Ville,
au stbruno.ca, et dans le *Journal de Saint-Bruno*.

Renseignements : Daniel Laveault, au 450 653-2443, poste 2832